

**А. С. Баранова**

## ГУМАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

В статье проанализирована проблема и раскрыта цель гуманизации процесса организации самостоятельной работы студентов, которая заключается в выявлении их индивидуальных способностей путем создания оригинального образовательного продукта. Показана степень разработанности данной проблемы в психолого-педагогической литературе, которая рассматривается в тесной связи с вопросом саморегуляции психических состояний личности и ее важностью для организации самостоятельной работы студентов. Дифференциация заданий для самостоятельной работы предлагается с учетом типов интеллекта студентов.

Вопросы гуманизации обучения и организации самостоятельной работы студентов широко и разносторонне представлены в психолого-педагогической литературе. При этом необходимость повышения качества образования в условиях увеличивающегося количества информации актуализирует проблему гуманизации процесса организации самостоятельной работы студентов.

Теоретико-практические аспекты гуманизации и демократизации педагогического процесса в условиях университетского образования, представлены в работе А. П. Сманцера и Е. М. Рангеловой [1], где обоснована методологическая база гуманизации и демократизации процесса обучения студентов, раскрыты дидактические аспекты организации их самостоятельной работы.

В исследовании Е. Ю. Лаптевой [2] выделены различные подходы к организации самостоятельной работы студентов: личностный, деятельностный, проблемный, модульный, культурологический, контекстный, дифференцированный, индивидуальный. Выявлена значимость обоснования и реализации гуманистического подхода к организации самостоятельной работы студентов, определены основные дидактические условия ее совершенствования в России и Великобритании, установлены приоритетные тенденции ее организации. Е. А. Михалевич [3] выявляет педагогические условия, при которых самостоятельная работа студентов становится фактором гуманизации педагогического процесса в вузе, способствует самоактуализации личности студента, показав роль гуманистической направленности профессионально-педагогической деятельности преподавателей, нацеленной на фасилитацию личностно-профессионального становления будущего специалиста.

Проанализировала противоречия дидактического и личностного характера в организации самостоятельной работы студентов Л. И. Капустина [4], выявив ряд психолого-педагогических условий ее организации, где важную

роль играет гуманизация процесса обучения, и разработав структуру самостоятельной работы, в которой большое значение имеют ее этапы, цели, характер, типы, виды, методы.

Сущностными чертами самостоятельной работы студентов Н. В. Муравьева [5] считает технологичность, инструментализованность, мультимедийность, учет субъектного опыта и индивидуальных особенностей обучаемых, возможность планирования и рефлексии учебной деятельности, контроль и самоконтроль.

Гуманизацию педагогического процесса Е. А. Михалевиц рассматривает как важный фактор развития общей готовности студентов к самостоятельной работе, личностной и предметной саморегуляции. Л. И. Капустина проанализировала принципы организации самостоятельной работы студентов, среди которых важным является принцип саморегуляции.

Как отмечает Е. Л. Евдокимова, в настоящее время под «эффективным обучением в условиях непрерывного образования понимается не только, и даже не столько работа педагога по преподаванию учебной дисциплины, сколько формирование у студента знаний, умений и навыков, позволяющих ему рационально организовывать, успешно осуществлять и контролировать самостоятельное изучение наук как в период обучения в учебном заведении, так и по его завершению: репродуктивная парадигма освоения новых знаний давно уже уступила место активной парадигме» [6]. Управляемая самостоятельная работа студентов рассматривается сегодня как один из приоритетных векторов образовательного процесса в Беларуси. При этом на мировом образовательном пространстве, в частности, в европейской и американской высшей школе, она в той или иной форме, уже давно в действии [6].

Анализируя организацию самостоятельной работы студентов в Санкт-Петербургском политехническом университете Петра Великого (Россия), Е. Б. Володарская и Л. И. Печинская отметили необходимость актуализации самообразовательной деятельности студентов, определили важность основных характеристик самообразовательной деятельности – самостоятельного отбора материала; определения стратегии и тактики его изучения; самостоятельного изучения материала; решения проблем, познавательных задач, которые возникают при наличии различных точек зрения на один и тот же предмет; самостоятельного преодоления противоречий; формирования собственного видения этого предмета, собственного мировоззрения; самоизменения [7]. Основной задачей педагога является научить студента самостоятельно выделять из огромного потока информации те сведения, которые позволят повысить его профессиональные знания и сформировать компетентности, необходимые ему в будущей профессиональной деятельности.

В процессе организации внеаудиторной самостоятельной работы в Санкт-Петербургском политехническом университете Петра Великого студенты самостоятельно подбирают материал, прорабатывают информацию, готовят высказывания, а роль педагога заключается в определении правильности использования ими фундаментальных знаний, полученных ранее по

дисциплине, в своей практической деятельности. Первый пример – это использование виртуальной обучающей среды Moodle (Modular Object-Oriented Dynamic Learning Environment). Эта система управления содержанием сайта, специально разработанная для создания онлайн-курсов преподавателями, ориентирована на организацию взаимодействия между преподавателем и студентами как в аудиторной, так и внеаудиторной самостоятельной работе.

Второй пример внеаудиторной самостоятельной работы – это обучение студентов технических и экономических специальностей реферированию первичных документов по основной специальности. Студенты Института промышленного менеджмента, экономики и торговли Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого в период обучения деловому английскому языку приобретают навыки устного, письменного делового общения и реферирования первичных документов по основной специальности, что предполагает умение самостоятельно анализировать различные точки зрения, явления, факты и события.

В концепции модернизации мирового образования первоочередной задачей является подготовка компетентного специалиста. Ее решение осуществляется через реорганизацию учебного процесса, который должен обеспечивать возрастающую долю самостоятельной работы студентов. Актуальным и востребованным становится комплексный подход к проблеме ее организации в университетах. Умение самостоятельно добывать и интерпретировать информацию составляет ключевую компетенцию будущих специалистов на современном этапе. Некоторые ученые (Е. А. Курдюкова) самостоятельной считают только ту работу, которая требует от обучающихся активности и самостоятельности. Она выполняется при отсутствии точного инструктажа, разъяснения со стороны преподавателя, без контроля в открытой форме за ее выполнением. Эта позиция близка к позиции *академической свободы*, которая характерна для университетов и подразумевает группу прав и свобод личности, реализующихся в области образования и научных исследований. По законам РФ преподавателям и студентам предоставляется свобода излагать учебный предмет по своему усмотрению, выбирать темы научных исследований. Приветствуется свобода студентов получать знания согласно своим склонностям и потребностям. Концепция академической свободы является неотъемлемой частью академической культуры Германии, Франции, Великобритании, США [7].

Современный образовательный процесс в условиях усиления информационной насыщенности, преодоления психологических затруднений связан с интеллектуальным и эмоциональным напряжением. Большое значение в гуманизации процесса организации самостоятельной работы студентов имеет самостоятельное регулирование эмоциональных состояний. Оптимальные позитивные эмоциональные состояния личности благотворно влияют на организацию самостоятельной работы. Готовность к ней предполагает овладение элементарными способностями по самопроектированию, само-

реализации и рефлексии (самостроительная компетенция), саморегуляции психических состояний. Саморегуляция – управление психоэмоциональным состоянием, достигаемое путем воздействия человека на самого себя с помощью слов, мысленных образов, управления мышечным тонусом и дыханием. Саморегуляция человека означает приведение в порядок, налаживание умственных, психических, эмоциональных, физиологических процессов посредством таких приемов, как самовнушение, аутотренинг, релаксация, дыхательная гимнастика, визуализация. Процесс самостроительства начинается с самостоятельного подбора и изучения литературы по проблеме самостоятельного регулирования эмоциональных состояний, самостоятельного овладения техниками, приемами, упражнениями саморегуляции психических состояний, самостоятельного изучения индивидуальных особенностей регуляции эмоциональных состояний, осмысления необходимости наличия положительных эмоций, вытеснения или нейтрализации ими негативных психических состояний. Игнорирование и нивелирование эмоций не способствует оптимальности организации самостоятельной работы, нарушает психическое и соматическое здоровье личности. Теория и практика организации самостоятельной работы убеждают в необходимости реализации в большей степени положительных эмоций, которые способствуют развитию, оздоровлению личности, наиболее полному раскрытию ее потенциала.

Проблема регуляции эмоциональной сферы в зарубежной и отечественной психолого-педагогической литературе освещена достаточно широко: защитные механизмы, выступающие в качестве регуляторов эмоций, метод сублимации (З. Фрейд, А. Фрейд), преодоление страха методом парадоксальной интенции, нахождение смысла жизни (В. Франкл), когнитивные методы преодоления неблагоприятных эмоций (А. Адлер, А. Бек, А. Эллис, Р. Бэндлер, Д. Гриндер), поиск собственной положительной экзистенции (Ж. П. Сартр, А. Камю), практическая польза и возбуждение интереса (Джон Дьюи), стимулирование положительных реакций, действие (А. Лай, Б. Ф. Скиннер), поведенческая терапия страха (Дж. Вольпе, Р. Е. Альберти, Т. Г. Стэмпфл), вербализация эмоций, теория личностного роста (А. Маслоу, Э. Фромм, К. Роджерс, Э. Шостром). В литературе [8; 9; 10; 11] приводятся примеры решения проблемы регулирования эмоций.

В процессе самостоятельного осмысления литературы по проблеме саморегуляции эмоциональных состояний необходимо проанализировать положительные и отрицательные аспекты различных теорий и направлений, выбрать те из них, которые способствуют саморегуляции эмоциональных состояний, положительно влияющих на организацию самостоятельной работы студентов.

Овладение методами саморегуляции предполагает анализ тех, которые выполняются самостоятельно и совместно с другими специалистами. В свою очередь, среди методов саморегуляции, которые осуществляются с другими специалистами, следует выделять методы, осуществляемые самостоятельно, после подготовки со специалистом и методы, осуществляемые только при участии другого специалиста.

В процессе самостоятельного изучения индивидуальных особенностей регуляции эмоциональных состояний необходимо учитывать культивирование чувства самооценности, чувства жизни, усиление поведенческого и эмоционального самоконтроля. Для предотвращения эмоционального выгорания необходимо получение новой информации. Продуктивному саморегулированию эмоциональных состояний способствует знание факторов, влияющих на работоспособность, развитие эмоционального и социального интеллекта, знание видов стресса и способов борьбы с ними. Управление отрицательными эмоциями (тревога, стыд, гнев, вина, здоровый страх, направленный на самосохранение и усиление активной деятельности личности) заключается в их минимизации, сублимации, переводе их в различные виды деятельности, замене их положительными эмоциями (удивление, радость, удовольствие).

Немаловажное значение в процессе самостоятельного регулирования эмоциональных состояний с целью эффективности организации самостоятельной работы имеет технология использования *копинга* (англ. *coping, coping strategy*) – методов преодоления человеком стресса. Копинг-стратегии рассматривают вопросы взаимодействия человека с жизненными проблемами. Знание классификации копинг-стратегий, выбор стратегии, наиболее подходящей для определенной личности, помогает регулированию эмоциональных состояний личности, влияющих на эффективность самостоятельной работы.

Как отмечает Н. В. Муравьева, «с точки зрения гуманистической психологии, ядром самостоятельности является Я-концепция. Это – система представлений человека о себе. Положительная Я-концепция (Я-знаю, Я-могу, Я-умею) – необходимое условие и одновременно следствие успешности личности, соответствует высокому уровню самостоятельности» [5]. Одним из основных базисных копинг-ресурсов является Я-концепция, позитивный характер которой способствует тому, что личность чувствует себя уверенной в своей способности контролировать ситуацию. Ощущение контроля над средой способствует эмоциональной устойчивости, принятию ответственности за происходящие события. Успешность копинг-поведения определяется когнитивными ресурсами. Развитие и осуществление базисной копинг-стратегии разрешения проблем невозможно без достаточного уровня мышления. Развитые когнитивные ресурсы позволяют адекватно оценить как стрессогенное событие, так и объем наличных ресурсов для его преодоления. Владение когнитивными, эмоциональными, поведенческими копинг-механизмами помогает успешности регулирования эмоциональных состояний личности и организации самостоятельной работы.

В психолого-педагогической литературе рассмотрены сущность самостоятельной работы студентов, их способность к самоорганизации учебной деятельности, виды и структура, принципы организации, технологии организации, управление качеством, дифференцированный подход к организации самостоятельной работы студентов в вузе.

Актуальной является организация самостоятельной работы студентов в соответствии с их типом интеллекта, особенностями мышления, что позволяет определить современный уровень развития диагностики. Дифференциация заданий для самостоятельной работы заключается в опоре на преобладающий тип интеллекта. Визуальный тип интеллекта в большей степени предполагает опору на графическое изображение изучаемых объектов. В качестве заданий для самостоятельной работы студентам с визуальным типом интеллекта можно предлагать современные методы обучения: учебные кроссворды, педагогические матрицы, таблицы, схемы, терминологические решетки, модели. Таким студентам следует больше давать заданий с графическим осмыслением понятий, теорий, положений, можно предложить составить график, гистограмму, диаграмму, коллаж на заданную тему. Студентам с преобладающим аудиальным типом интеллекта, которыми информация хорошо усваивается на слух и у которых развиты речевые навыки, имеется хорошая реакция на вопросы, можно предложить работу в группах. Студенты самостоятельно могут подготовить коллективный проект, в ходе разработки которого каждый будет выполнять задание в соответствии со своими возможностями.

В ходе организации самостоятельной работы необходимо также совершенствовать особенности интеллекта, которые по каким-то причинам еще не получили развития. Студентам с визуальным типом интеллекта необходимо обучать восприятию информации на слух. Например, в устной форме предлагаются утверждения, из которых студенты должны выбрать только формы обучения или из перечисленных понятий выбрать те, которые являются дидактическими. Для студентов с кинестетическим типом интеллекта предлагается методика «допишите предложения», так как в ходе письма у них лучше работает моторная память и мышление. Подвижные, реактивные студенты могут воспринимать и осмысливать информацию в виде учебно-познавательных игр. Дифференциация заданий для самостоятельной работы позволяет реализовать важный принцип обучения – принцип свободы выбора студентом главных элементов своего образования: смысла, целей, содержания, форм и видов деятельности, способов работы, учебных средств, критериев оценки результатов. В итоге самостоятельного кодирования учебной информации в соответствии со своим стилем мышления, создания своего образовательного пути студент получает свой оригинальный образовательный продукт. Целью гуманизации процесса организации самостоятельной работы студентов является раскрытие их индивидуальных возможностей путем создания оригинального образовательного продукта, культурно-исторических аналогов образовательному продукту.

В условиях увеличения доли самостоятельной работы в процессе подготовки специалистов, а также в связи с актуализацией физиологических, педагогических и экологических проблем здоровья и здорового образа жизни важной является проблема исследования организации самостоятельной работы студентов в процессе подготовки к реализации здорового образа жизни

в детском оздоровительном лагере (ДОЛ). В МГЛУ ведется подготовка вожатого, способного к самостоятельной творческой деятельности в условиях проведения смены лагеря, к организации самостоятельной исследовательской проектной деятельности, к проявлению самостоятельной инициативы в организации мероприятий, к приобретению умений и навыков самостоятельной работы с детским коллективом в условиях летних каникул. При соответствующей организации самостоятельной работы с литературой, в процессе разработки и выполнения индивидуальных планов самостоятельной подготовки и программ самообразования современный вожатый может самостоятельно определять программу деятельности и организацию лагеря, самостоятельно нести ответственность за жизнь, здоровье и воспитание детей. В планах самостоятельной подготовки вожатого к работе с детьми делается акцент на специфике применения знаний о культуре здорового образа жизни в условиях ДОЛ, о психическом, психологическом, соматическом здоровье детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. На кафедре педагогики МГЛУ осуществляется стимулирование и поощрение студентов. Стимулирование активной самостоятельной познавательной деятельности и мотивация на достижение успехов студентов обеспечивается рейтингом, академической успеваемостью, а также дополнительно поощряется организация и проведение выставок (конкурсов) студенческих работ, фотографий по курсу «Современные технологии воспитания» (конкурс «Мое вожатское лето»). Также поощряются дополнительным баллом выступления на научных конференциях и публикации студенческих работ, это оценивается при написании и защите курсовых и дипломных работ по педагогике. Результаты самостоятельной работы студентов являются показателем профессиональной компетентности будущих специалистов.

Организация самостоятельной работы студентов в университете – сложный и многогранный процесс. Он включает в себя как формирование самомотивации и самоорганизации будущего специалиста, так и готовность профессорско-преподавательского состава к данному виду деятельности.

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Сманцер, А. П.* Гуманизация и демократизация педагогического процесса в условиях университетского образования / А. П. Сманцер, Е. М. Рангелова [Электронный ресурс]. – Минск : БГУ, 2011. – Режим доступа : <http://www.elib.bsu.by>, ограниченный. – Дата доступа : 09.02.2018.
2. *Лаптева, Е. Ю.* Дидактические условия использования опыта организации самостоятельной работы студентов Великобритании в вузах России : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Е. Ю. Лаптева. – Казань, 2001. – 205 л.
3. *Михалевич, Е. А.* Самостоятельная работа студентов как фактор гуманизации педагогического процесса торгово-экономического вуза : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Е. А. Михалевич. – Иркутск, 2007. – 217 л.

4. *Капустина, Л. И.* Организация самостоятельной работы студентов в условиях модернизации среднего профессионального образования / Л. И. Капустина [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article>. – Дата доступа : 09.02.2018.
5. *Муравьёва, Н. В.* Сущность самостоятельной работы студентов в условиях информатизации и гуманизации образования / Н. В. Муравьёва // Сибирский педагогический журнал / Новосиб. гос. пед. ун-т. – 2011. – № 5. – С. 69–74.
6. *Евдокимова, Е. Л.* Самостоятельная работа студентов в вузе / Е. Л. Евдокимова [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [elib.bsbu.by](http://elib.bsbu.by). – Дата доступа : 09.06.2017.
7. *Володарская, Е. Б.* Влияние внеаудиторной самостоятельной работы на формирование профессиональной компетентности будущих специалистов / Е. Б. Володарская, Л. И. Печинская // Вопросы методики преподавания в вузе: ежегод. сб. / Санкт-Петерб. политехн. ун-т Петра Великого (Россия). – 2016. – №5 (19–1). – 276 с.
8. *Ромек, В. Г.* Тренинг уверенности в межличностных отношениях / В. Г. Ромек. – СПб. : Речь, 2005. – 206 с.
9. *Саенко, Ю. В.* Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями / Ю. В. Саенко. – СПб.: Речь, 2010. – 232 с.
10. *Холмогорова, А. Б.* Принципы и навыки психогигиены эмоциональной жизни / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян // Вестн. психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 1996. – № 1. – С. 48–56.
11. *Шостром, Э.* Человек-манипулятор / Э. Шостром. – М. : Апрель-Пресс, Изд-во Ин-та психотерапии, 2004. – 232 с.

The article analyzes the relevance of the humanistic approach to the organization of independent work of students, taking into account the degree of elaboration of this problem in the scientific literature, as well as domestic and foreign experience in organizing independent work of students.

*Поступила в редакцию 02.04.18*

**О. И. Гутько**

#### ОФТАЛЬМОЭРГОНОМИКА В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У СТУДЕНТОВ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОРГАНА ЗРЕНИЯ

В статье рассматривается направление офтальмоэргономики в образовательном процессе по физической культуре для студентов специального учебного отделения. Определяется комплексный подход для адаптации органа зрения к возрастающим нагрузкам при выполнении зрительной работы в условиях учебной деятельности, также автором разработана оздоровительная программа профилактики прогрессирования близорукости различной степени у студентов данного учебного отделения и предложены практические рекомендации.