

УДК 372.8881.1

СКЛАДОВІ НАВЧАЛЬНОЇ ПРАЦІ СТУДЕНТА

Вікторенко С.О.

Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

У статті проведено аналіз складових навчальної праці студента. Визначено від чого залежить продуктивність під час навчальної праці студента. Від чого залежить її ефективність. Зокрема, розкривається культура читання та навчальної праці. Даються вказівки на, що варто звернути увагу, якщо ви хочете поліпшувати культуру читання. Освітлюється уявлення про читання, як принцип засвоєння.

Ключові слова: навчальна праця, студенти, навчання, читання, тренування.

Постановка проблеми. У наш час все більші вимоги ставляться до людини як до суб'єкта професійної діяльності. Тому велика увага приділяється психологічним аспектам та шляхам вдосконалення організації навчальної праці студента, походження та розвиток якої нерозривно пов'язані з рівнем професійної підготовки. Адже вдосконалення організації навчальної праці студента складні особистісні утворення, яке формується під впливом професійного середовища та активної участі суб'єкта у професійній діяльності, є невід'ємної сторони професійної свідомості.

Тому нам здається надзвичайно важливим розібрати складові навчальної праці студента для подальшого вдосконалення її та оптимізації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогодні у монографіях, дисертаційних дослідженнях та інших наукових працях з проблем складових навчальної праці студентів значною мірою висвітлені: дослідження психологічних аспектів складових навчальної праці студентів представлено у таких роботах вітчизняних авторів: С.І. Батракової, І.В. Вачкова, О.І. Гури, А.А. Деркача, А.К. Маркової, М.В. Мащенко, О.В. Москаленко, В.А. Толочка, Л.Б. Шнейдер, Н.В. Чепелевої.

Окремі наукові думки про складові навчальної праці студентів розкриваються у працях Химинець В., Сікорський П., Чиркина Г.; також обґрунтовані концепції складових навчальної праці освітлюються у працях Пастушенко О., Бек В., Бондар В., Спіцин Є., Зиганов М., Кудіна В., Соловей М., Щукина Г.; обґрунтована природа дослідницьких процесів, необхідних для оптимального вибору методик навчання Г. Мещанова, В. Семиченко, С. Харченко, Залевська А.; виявлені окремі компоненти педагогічної діяльності у організації навчальної праці Загвязинский В., Фіцула М., Гальперин П., Артемчук Г., Легка О., Бондар В. У вище вказаних працях розглядаються такі питання як складові наукової діяльності студента та необхідність вдосконалення її у відповідності до новітніх потреб молодих спеціалістів та новими педагогіко-психологічними підходами.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз наукової літератури показав, що проблема організації навчальної праці студентів та розробка інноваційних методів її покращення не є достатньо розробленою і потребує допрацювань.

Мета статті. Головною метою цієї статті є розкласти навчальну працю студентів на складові та зрозуміти, які з елементів можуть бути покращені.

Виклад основного матеріалу. Навчальна праця студентів – складний пізнавальний процес. Він тісно пов'язаний з інтелектуальними, емоційними та вольовими якостями особистості. Його сутність – складна система розумових процесів, які, звичайно, починаються сприйняттям навчальної інформації, потім продовжуються у вигляді опрацювання і перетворення її в знання на рівні абстрактного мислення і закінчуються застосуванням набутих знань на практиці.

Для майбутнього фахівця вміння вчитися, поповнювати свої знання протягом всього життя не просто важливе, а професійно важливе вміння.

Отже, навчальна праця студентів потребує глибоких, осмислених, науково обґрунтованих способів її організації. Ще більше 350 років тому видатний чеський педагог Я.А. Коменський мріяв про відкриття таких способів навчання, за яких ті, хто вчить, менше вчили б, а учні більше вчили би.

Для майбутнього вчителя вміння вчитися, поповнювати свої знання протягом всього життя не просто важливе, а професійно важливе вміння. Видатний український педагог К.Д. Ушинський стверджував, що вчитель живе до того часу, поки ще вчиться; як тільки він перестає вчитись, в ньому помирає вчитель.

І справа тут не тільки в тій кількості знань, які вчитель зможе передати іншим, володіючи ними. Ще важливіше те, що сформувати в учнів вміння і навички навчальної праці вчитель зможе лише постільки, поскільки сам озброєний ними, тобто володіє культурою навчальної праці.

Культура навчальної праці – це система знань, умінь і навичок, які дозволяють раціонально організувати навчання, забезпечити його високу продуктивність.

Культура навчальної праці студентів широке поняття. Здебільшого до нього включають:

- гігієну розумової праці (знання правил збереження і підвищення розумової працездатності, а також вміння їх дотримуватись на практиці);
- техніку розумової праці (знання ефективних прийомів розумової діяльності і вміння їх виконувати);
- вміння планувати навчальну роботу;
- прийоми економії часу тощо.

Основні структурні елементи культури навчальної праці студентів:

1. знання своїх психологічних, анатомо-фізіологічних властивостей;

2. гігієнічних вимог щодо організації раціональної навчальної праці;

3. знання умов збереження розумової працездатності;

4. навички та вміння:

– цільові;

– планування розв'язання завдань, складання раціонального режиму дня;

– самоконтролю;

– розумової діяльності;

– роботи з книгою;

– розвитку пам'яті, уваги, уяви, мислення.

Після перерви на обід послідовність вказаних етапів повторюється спершу на дещо вищому рівні, ніж перед обідом, а потім після ряду коливань на 7-й годині роботи різко спадає. Наприкінці дня, після відпочинку, знову спостерігається нове зростання працездатності. Воно виникає під впливом так званого кінцевого вольового зусилля у зв'язку з усвідомленням наближення кінця робочого дня.

Найбільш плідними є три так звані часові пояси:

• I пояс – час з 8 до 15 год. (максимальна працездатність з'являється з 10-ї до 13-ї год.);

• II пояс – час після обіду (з 16-ї до 19-ї год.);

• III пояс – вечірній час (з 20-ї до 24-ї год.).

Встановлено, що ступінь уваги і ефективність запам'ятовування навчального матеріалу змінюється в бік зменшення і сповільнення в кінці кожного поясу. Природно, дуже важкий для запам'ятовування навчальний матеріал доречно вивчати в першій половині кожного поясу, після доброго відпочинку.

Фахівці створили науково обґрунтовані рекомендації щодо підвищення продуктивності навчальної праці студентів. Розглянемо їх відносно кожного етапу працездатності.

Початок навчального процесу не завжди характеризується максимальною продуктивністю праці. Потрібен певний період (відповідає першому етапу розвитку працездатності) для того, щоб зосередитись на слуханні лекції або виконанні практичних завдань. Скорочення періоду, необхідного для досягнення достатнього рівня працездатності, залежить від оптимальності і сталості умов, за яких виконується навчальна праця (звична навчальна обстановка, тиша, початок роботи в один і той же час тощо). Працездатність студента залежить від того, як швидко він уміє знаходити зв'язки між попереднім і наступним навчальним матеріалом. Ось чому дуже важливо перед кожною лекцією повторити зміст попередньої. І чим швидше сформується навички аналізувати попередній матеріал перед наступною складною розумовою роботою, тим коротшим буде час, відведений для цього. Тоді швидше наступатиме другий, найбільш ефективний етап, який має в педагогічній літературі назву «робоча установка» або «стійкий робочий етап»:

«Робоча установка» – з точки зору працездатності – найбільш цінний час. Він продовжується приблизно з середини першої до кінця третьої години роботи. А за благотворних

зовнішніх обставин такий стан може тривати декілька годин. Для цього необхідно усунути фактори, що відволікають та розсіюють увагу: гомін в аудиторії, розмови товаришів, ходіння інших людей по читальному залу або по кімнаті вдома і т.п.

Однак найбільш важливою умовою є повна натренованість уміння зосереджувати увагу на потрібних об'єктах засвоєння знань.

Приблизно на початок четвертої години роботи настає третій етап – втома. Найчастіше зустрічаються такі причини втоми студентів: численне і монотонне виконання однієї і тієї ж роботи; тривалі лекційні заняття; негативне ставлення студента до предмету.

Втома найшвидше настає у тих, хто погано поспідає або зовсім нічого не їв, замість активного відпочинку просидів всі перерви у закритому приміщенні тощо.

Відносно сну важливо, щоб людина знала свою особисту норму сну, а не покладалась на середні дані. Відомо, що працівники розумової праці мають потребу більш тривалого сну, ніж ті, що займаються фізичною працею. В молодому віці потреба сну більша.

Потрібні самоспостереження, потрібно знати, хто ви – «сова» чи «жайворонок», і в залежності від цього планувати різні види навчальної роботи.

Необхідно пам'ятати, що висока працездатність потребує регулярного відпочинку, коротких перерв у роботі. Бажані перерви тривалістю 5-7 хв. після кожної години. Якщо змінюються види роботи, то доцільні більш тривалі перерви.

Багато хто із студентів ще в шкільні роки звик виконувати уроки під музику і вважають, що це корисно. Музика – це сторонній подразник, який заважає навчанню. Функціональна музика корисна (наприклад, в умовах виробництва, на уроках образотворчого мистецтва тощо).

Однією з основних умов збереження високої працездатності є дотримання певного ритму роботи (тобто чергування праці та відпочинку, дотримання режиму дня). Поняття режиму дня включає розпорядок роботи, харчування, відпочинку, сну. Дотримання студентами режиму дня має велике значення, оскільки у них формується динамічний стереотип. Організм «за своїм годинником» регулює види занять, установлює баланс між працею та відпочинком. Завдяки цьому у студентів формується відчуття часу, яке допомагає працювати у певному ритмі. Організм сам «хоче» робити те, що потрібно, адже в результаті вироблення динамічного стереотипу попередня діяльність спонукає наступну. Це в значній мірі збільшує продуктивність праці, знімає нервову напругу.

У режимі праці та відпочинку знаходять відображення індивідуальні особливості кожного студента. Правда, не завжди студент може користуватися своїм індивідуальним режимом, потрібно вміти пристосувати його до загальноприйнятого в даному вищому закладі освіти, тобто планувати бюджет часу.

Досвід організації навчальної роботи у вищих закладах освіти свідчить, що фізіологічна норма навчальних занять, яка відповідає гігієнічним вимогам, становить 10-11 год. на добу. Студентам молодших курсів рекомендується починати

тривалість занять 7-8 год. на добу; і згодом поступово збільшувати їх тривалість з тим, щоб до старших курсів значно зростала питома вага їх самостійної навчальної роботи.

Багато комп'ютерних курсів використовують нові можливості презентації навчального матеріалу. Специфічними особливостями, на думку М.А. Бовтенко, є особлива інтерактивність, використання комплексу засобів представлення інформації: тексту, графіки, звуку, відео; індивідуалізація навчання; адаптивність; моделювання завдань та контроль виконання. Комп'ютерні програми особливо підходять для організації самостійної роботи студента з закріплення навчального матеріалу, вивченого на заняттях та підготовки до аудиторних занять.

Застосування сучасних інформаційних технологій у процесі організації самостійної роботи має ряд переваг:

- навчальний матеріал подано на сучасному рівні;
- можливість вибору студентом індивідуального режиму роботи;
- використання можливостей переносу навчального матеріалу на електронні носії;
- варіативність завдань з особистісно-зорієнтованим урахуванням можливостей та здібностей студентів;
- підвищення професійної мотивації студентів;
- можливість об'єктивного електронного контролю за станом засвоєння студентом необхідного навчального матеріалу.

Важлива роль в межах всіх видів діяльності при організації самостійної роботи приділяється формулюванню дидактичної мети, яка забезпечує цілеспрямоване вивчення матеріалу та індивідуальним завданнями, які повинні скеровувати та контролювати самостійну роботу студента, підказувати шляхи просування у вивченні матеріалу, в певній послідовності на основі методичних рекомендацій, інструкцій, пояснень, довідкової системи, що супроводжують матеріал та дають змогу студенту до самостійного пізнання, самоосвіти і самоконтролю.

Необхідно зазначити, що саме самостійна робота студента здатна ефективно розвивати творчу активність, творче мислення з урахуванням індивідуальних можливостей, активізувати творчу самостійну роботу. При цьому відбувається адаптація навчального матеріалу до рівня знань студента, яка досягається за допомогою багаторівневої структури діяльності.

Раціональна організація самостійної роботи студентів з використанням інноваційних форм та ІКТ дозволяє не тільки інтенсифікувати роботу в якісному засвоєнні навчального матеріалу, а й закладає основи подальшої постійної самоосвіти та самовдосконалення, а інформаційно-освітнє середовище, яке створюється за допомогою інтеграції сукупності програмно-апаратних та традиційних форм навчання визначає самостійну роботу студента як більш незалежну, пріоритетну та творчу.

Часто читачі виявляють, що, коли вони дійшли до кінця уривка, вже забули його початок. Більш рання інформація виявилася виштовхнутою зі свідомості новими відомостями. Це сталося тому, що рання інформація не встигла засвоїтися

в достатній мірі за час читання, а розум вже перейшов до вирішення нових завдань, в той час як напівпереварену інформація, яка не має у свідомості опор у вигляді схем, швидко забувається. Уявлення про читання як процес засвоєння базується на *двох принципах*:

1. Навчання через розуміння. Читач повинен засвоювати, або навчатися, через порозуміння, а не запам'ятовування. Навчання через запам'ятовування придатне лише, коли ми маємо справу з непов'язаними предметами, які при читанні загальноживаної літератури зустрічаються вкрай рідко. Суть запам'ятовування полягає в повторенні, але навіть саме повільне читання недостатньо для цього, більше того, якщо й можливо запам'ятати текст напам'ять, це не обов'язково призведе до того, що читач зрозуміє його. Навчання через розуміння вимагає відбору матеріалу та його аналізу; при запам'ятовуванні весь матеріал поглинається без розбору за допомогою багаторазового повторення.

2. Гнучкість. Так як існує межа кількості інформації, яка може бути засвоєна в певну кількість часу, то читач повинен постійно міняти швидкість читання. Коли сенс зрозуміти важко, він повинен читати повільніше; коли зміст зрозумілий, йому потрібно менше часу і він може читати швидше.

Для того щоб отримати більше часу для засвоєння матеріалу, читач може прогледіти швидко статтю, щоб зрозуміти її суть; потім швидко прочитати її, щоб отримати загальну інформацію, і, нарешті, переглянути текст у пошуках окремих специфічних деталей, які можна засвоїти за допомогою запам'ятовування. Таким чином, він переходить від загального до приватного і може поступово співставити інформацію з існуючими в нього знаннями. Більше того, таке повторення є конструктивним, а не механічним. Правильно розподіляючи свій час і зусилля, читач зберігає час і збільшує свою продуктивність.

Читання в системі «людина – текст» являє собою процес управління декількома процесами, де:

- Текст – об'єкт сприйняття і пізнання закладеної в ньому змістовної інформації;
- Головний мозок – переробне і управляючий пристрій.

Відповідно до описаної структурної моделлю сам процес читання можна представити таким образом. Читач схоплює поглядом певний фрагмент тексту, який далі починає оброблятися в каналі зорового аналізатора. Відбувається дуже складний процес переробки отриманого текстового повідомлення, причому проводиться не тільки зоровий, а й речеслуховий і речедвігательний аналіз. У результаті такої традиційної тріступеневої обробки інформації приймається певне рішення в блоці мислової обробки команда на виконання регресії або на читування наступного фрагмента тексту або команда м'язам руки на переставлення сторінки, або команда на припинення читання.

Ефективність засвоєння навчального матеріалу залежить від працездатності студента на час його розумової діяльності.

Працездатність студента – готовність до виконання певного виду навчальної роботи із

високим ступенем напруженості, зі значними затратами нервової енергії протягом певного проміжку часу.

Під час навчальної праці працездатність студента залежить від кількох чинників:

1) внутрішніх умов (інтелектуальні здібності, особливості волі, ступінь тренуваності, стан здоров'я, сила волі);

2) зовнішніх умов (атмосфера у вищому навчальному закладі, організація робочого місця, режим праці і відпочинку, мікроклімат у групі);

3) рівня організації праці (плановість у роботі, дотримання певного режиму, рівень затрачених зусиль для досягнення результату);

4) обсягу розумового навантаження.

Рівень працездатності студентів різний і залежить від їх індивідуальних особливостей. Однак вона має і загальні, науково обґрунтовані закономірності, є величиною змінною, тобто розвивається за певними етапами.

На першому етапі студент повинен звикнути до конкретного виду роботи. Особливістю цього етапу є те, що протягом перших хвилин аудиторної чи позааудиторної роботи він налаштовується на розумову працю, на певний ритм роботи. На другому етапі розумова працездатність організму людини досягає максимальної точки і зберігається на цьому рівні протягом певного часу. На третьому етапі високий рівень працездатності починає поступово знижуватися, настає фаза стомлення. Четвертий етап – фаза крайньої перевтоми або пригнічення, коли розумова діяльність не лише спадає, а й викликає у людини негативні емоції.

Уміння планувати свій час, ефективно працювати і досягати хороших результатів значною мірою залежать від рівня сформованості техніки розумової праці.

Висновки і пропозиції. У статті проведено аналіз складових навчальної праці студентів. Розглянуті складові навчальної праці. Виявлено, що вона значно залежить від внутрішніх, зовнішніх умов, а також рівня організації праці та обсягу розумового навантаження. Визначили поняття культури читання та складових ефективного читання.

Розібралися в ритмах продуктивності праці та виявили, що у людини є індивідуальні години роботи, коли вона максимально продуктивна.

Зрозуміли, як використовувати новітні інформаційні підходи у навчальній праці та виявили, що краще використовувати технологічні прийоми. Навчатися таким чином цікавіше та продуктивніше.

Роз'яснили поняття читання, як засвоєння інформації та дійшли до висновку, що складається воно з двох принципів: навчання як розуміння та гнучкості. Саме ці два принципи є ключем до оволодіння ефективного та раціонального читання.

Данні знання нам дають можливість в подальшому краще організувати нашу навчальну працю та на основі цих даних розробляти методики та рекомендації, щодо вдосконалення навчальної праці студентів.

Практичне значення даної статті полягає в тому, що стали більше зрозумілими складові навчальної праці студентів і в подальшому дана праця може бути використана для методичних вказівок, щодо покращення навчальної праці студентів.

Список літератури:

1. Мешко Г.М. Вступ до педагогічної професії / Г.М. Мешко // Техніка розумової праці студента. – 2-е видання, стереотипне. – «Академвидав», 2012. – С. 31-54.
2. Зіганов М.А. Швидкочитання / М.А. Зіганов. – М.: Ексмо, 2007. – С. 86.
3. Кудіна В.В. Педагогіка вищої школи / Кудіна В.В., Соловей М.І., Спіцин Є.С. // 2-ге вид., допов. і переробл. – К.: Ленвіт, 2007. – С. 123.
4. Кульга Н.К. Використання інноваційних технологій навчання – запорука успіху якісної підготовки фахівців / Н.К. Кульга // Проблеми освіти. – 2000. – Вип. 22.
5. Мешко Г.М. Вступ до педагогічної професії: Практикум. Навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів / Г.М. Мешко. – Т.: ТИПУ, 2008. – С. 97.
6. Туркот Т.І. Педагогіка вищої школи / Т.І. Туркот // Навчальний посібник. – Херсон, 2011. – С. 65-71.
7. Сікорський П. Якість вищої освіти – основна вимога Болонського процесу / П. Сікорський. – К.: Освіта, 2004. – С. 40-45.
8. Соловей М. Удосконалення виховної системи вищого навчального закладу у світлі Болонського процесу / Соловей М., Демчук В. / Рідна школа. – М., 2005. – № 6. – С. 78.
9. Хрестоматія по загальній психології. «Психологія мислення» / Під ред. Ю.Б. Гіппенрейтер, В.В. Петухова. – Спб., «Астрель», 2008. – С. 164-172.
10. Ясинська С.Г. Виды и приемы чтения. Навчання прийомам ознайомлювального читання / С.Г. Ясинська. – М., 2007. – № 2. – С. 91.

Викторенко С.О.

Институт психологи имени Г.С. Костюка
Национальной академии педагогических наук Украины

СОСТАВЛЯЮЩИЕ УЧЕБНОГО ТРУДА СТУДЕНТА

Аннотация

В статье проведен анализ составляющих учебного труда студента. Определены от чего зависит производительность при учебной работы студента. От чего зависит ее эффективность. В частности раскрывается культура чтения и учебной работы. Даются указания на, что стоит обратить внимание, если вы хотите улучшить культуру чтения. Освещается представление о чтении, как принцип усвоения.

Ключевые слова: учебный труд, студенты, обучение, чтение, тренировка.

Victorenko S.O.

Institute of Psychology G.S. Kostiuk
National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine

COMPONENTS OF THE STUDENT'S ACADEMIC WORK

Summary

The article analyzes the components of the student's academic work. It is determined what the performance depends on during the student's academic work. From what its effectiveness depends. In particular, the culture of reading and educational work is revealed. Guidance is given on what is worth paying attention if you want to improve the culture of reading. The idea of reading as a principle of assimilation is illuminated.

Keywords: educational work, students, training, reading, training.