

- 4) записывание долговременных и кратковременных планов (планирование нескольких лет, месяцев, недель, дней);
- 5) планирование отдыха и чередования разных видов деятельности;
- 6) применение волевых усилий, культивирование цели достижения максимальных результатов [1].

ЛИТЕРАТУРА

1. Французова, С. Тайм-менеджмент в системе внутреннего обучения / С. Французова, В. Усов. – М.: Политиздат, 2006. – С. 57 – 63.
2. Скибицкая, Л. И. Тайм-менеджмент: уч. пособие для студентов экономических вузов / Л. И. Скибицкая – М.: Кондор, 2009. – 528 с.

УДК 378

Коваленко И. П.

ТЮТОРСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОЦЕССА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ИНЖЕНЕРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА

БНТУ, г. Минск

Научный руководитель: канд. пед. наук, доцент Якубель Г. И.

Анализ педагогической литературы и практики образования позволяет отметить тенденцию к перемещению профессиональной адаптации как этапа профессионализации личности на начало обучения в учреждении высшего образования. Благодаря этому адаптационный период совпадает в целом со временем обучения в университете.

С целью усовершенствования процесса профессиональной адаптации студентов 1-го курса ИПФ БНТУ нами был проанализирован опыт работы некоторых университетов Республики Беларусь (БГПУ им. М. Танка, ГрГУ им. Я. Купалы,

БарГУ) и Российской Федерации (Национальный исследовательский Мордовский государственный университет им. Н. П. Огарева). При этом были отмечены такие инновационные формы профессиональной адаптации первокурсников, как волонтерская практика, программа адаптива, адаптационная неделя, адаптационный тренинг, тьюторское сопровождение.

С учетом специфики специальности «Профессиональное обучение», весьма перспективной формой профессиональной адаптации первокурсников ИПФ представляется студенческое тьюторство (от англ. *tutor* – наставник, ближайший советник студента во всех затруднениях). Будучи магистрантом ИПФ и выступая в роли тьютора учебной группы 10903117 направления специальности 1-08 01 01-01 «Профессиональное обучение (машиностроение)», автор статьи разработала и осуществила в пилотном режиме программу тьюторского сопровождения первокурсников. Содержание программы включает три основных направления работы тьютора: проведение воспитательных мероприятий профадаптационной направленности; ознакомление с системой требований, предъявляемых к профессиональным знаниям, умениям, качествам личности педагога-инженера; расширение и углубление знаний студентов о профессии педагога-инженера.

В процессе реализации программы тьюторского сопровождения особый интерес студентов вызвали коллективные формы работы: интерактивная игра «Знакомство», обзорная экскурсия в Республиканский центр инновационного и технического творчества, посещение Минского государственного политехнического колледжа и организованный совместно с преподавателями этого учреждения образования круглый стол, конкурс «Что ты знаешь о своей профессии и своем факультете?». Эти мероприятия являются «узловыми точками» тьюторской программы. Связующими звеньями между ними служат текущее тематическое общение и индивидуальная работа со студентами (беседы, консультации, помощь в процес-

се самопознания и проектирования личной образовательной траектории, составление портфолио учебных, профессиональных и творческих достижений, дискуссия по поводу образов инженера, педагога в произведениях литературы и кино).

Основу диагностического сопровождения процесса профессиональной адаптации составили: «Анкета первокурсника»; методики «Изучение мотивации учения в вузе» Т. Н. Ильиной, «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда; сочинения-миниатюры студентов, позволяющие судить о динамике профессиональных интересов и такого показателя, как принятие себя в профессии. Наш опыт тьюторского сопровождения первокурсников в процессе их профессиональной адаптации может быть полезен кураторам учебных групп, студентам-кураторам, начинающим преподавателям инженерно-педагогического факультета.

УДК 378: 37.011.32

Кротова Ю. С.

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ

БНТУ, г. Минск

Научный руководитель: канд. пед. наук, доцент Гончарова Е. П.

Сегодня, в XXI веке, веке развитых информационных технологий, когда техника и гаджеты вытесняют человека в профессиональной деятельности, современная педагогика должна базироваться на развитии индивидуальных качеств обучающихся. Тревожность может являться главным фактором, который негативно влияет на развитие индивидуальных качеств человека в процессе обучения и на профессиональную успешность в будущем.

В проведенном нами исследовании (по методике самооценки ситуативной и личностной тревожности Ч. Спилбергера, адаптированной Ю. Л. Ханиным) приняли участие 63 студен-