

матеріали, які допомагають зрозуміти, але не повністю розкривають тематику завдання;

7) при розгляді стандартних тем треба висунути вимогу про наявність у рефераті анотованого звіту про досліджену літературу;

8) організовувати поетапну звітність, оскільки однією з причин списування є неправильно організований час на виконання завдання;

6) проводити захист контрольних робіт, рефератів у вигляді виступу перед аудиторією тощо.

Отже, тенденція привласнення студентами чужих текстів у сучасному навчанні набула великого поширення і вже сьогодні слід шукати шляхи боротьби з цим негативним явищем, активно застосовувати методи запобігання та усунення плагіату.

Л. Л. Борисенко, старш. викл.,
кафедра педагогіки і психології

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОДОЛАННЯ ЕКЗАМЕНАЦІЙНОЇ ТРИВОЖНОСТІ У СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ КНЕУ

Впровадження навчальних інновацій та використання накопиченого передового досвіду з організації та проведення навчально-виховного процесу у Київському національному економічному університеті імені Вадима Гетьмана супроводжуються невпинною інтенсифікацією навчально-пізнавальної діяльності студентів. Зростаючі обсяги навчального матеріалу, використання прогресивних методів навчання, контролю та оцінювання знань: робота в «малих групах», дискусії, тренінги, дидактичні та сюжетно-рольові ігри; методи проєктів та моделювання, самостійно-пошукові методи — вимагають від студентів значного розумового, емоційного та фізичного напруження. Ці явища приводять до виникнення стресогенних ситуацій та тривожного стану студентів. Особливо це стосується студентів першого курсу, в яких процес соціально-психологічної адаптації до нових умов навчання має деякі особливості: включення в нову систему діяльності, що характеризується низкою принципових відмінностей від усього попереднього періоду життя; виникає потреба оволодіти новим алгоритмом дій, переходом від репродуктивного до продуктивного, творчого рівня засвоєння знань. У період адаптації значно зростають енергетичні затрати організму, помітно виявляються психофізіологічні збої. В

умовах високих навантажень функціональні системи повільніше повертаються до норми, а подолання незначних ускладнень набуває більш високої фізіологічної «ваги», негативно впливає на загальний стан організму і психічне життя студента-першокурсника, особливо в період екзаменаційної сесії, коли настає гостра розумова та фізична втомленість. Вищезазначені фактори спричиняють виникнення екзаменаційної тривожності у студентів.

У ході психолого-педагогічної підготовки студентів КНЕУ, починаючи з першого курсу, були проведені дослідження екзаменаційної тривожності студентів 1-го курсу ОЕФ (за методикою А. О. Прохорова).

Екзаменаційна тривожність (ЕТ) — одна з форм тривожності у навчанні. Це психічний стан, який викликається можливими та ймовірними неприємностями, очікуванням «краху» з приводу здачі іспитів. Багато студентів «впадають у паніку», пареймаються страхом, виявляють розгубленість, замішання, — як напередодні іспитів, так і під час написання екзаменаційних робіт. Екзаменаційна тривожність складається з двох компонентів: **неспокою і емоційності**:

— **неспокій** — це стан, викликаний думками про можливі наслідки у разі «провалу» іспиту;

— до **емоційного компоненту** відносяться неприємні відчуття і фізіологічні реакції, які виникають в результаті стресу.

Із 147 респондентів, студентів-першокурсників ОЕФ: 125 осіб (85 % від загальної кількості опитаних) виявили високий рівень **ЕТ** — понад 12 балів за шкалою методики; 15 осіб (10,2 %) виявили середній рівень **ЕТ** (7—11 балів); 7 осіб (4,8 %) виявили низький рівень **ЕТ** (4—6 балів).

Для подолання завищеної екзаменаційної тривожності можна окреслити наступні заходи:

1. Інформаційно-методичне, організаційне забезпечення навчального процесу студентів першого курсу, враховуючи особливості їх соціально-психологічної адаптації до навчання у ВНЗі.

2. Доброзичливе, виважене, емпатійне відношення викладачів до студентів, як до суб'єктів спільної навчальної діяльності.

3. Для студентів рекомендувати використання методів саморегуляції психічними станами, які поєднують дві групи технік: емоційно-орієнтованих і проблемно-орієнтованих.

До емоційно-орієнтованих технік саморегуляції психічними станами відносяться: глибоке дихання, вправи нервово-м'язової релаксації, вправи «візуальної репродукції», позитивні настанови і твердження; заміна ірраціональних думок, що викликають тривогу, на раціональні думки, які забезпечують контроль над емоціями.

Всі ці прийоми допомагають контролювати емоційні реакції та справлятися з екзаменаційною тривожністю при фактичному зіткненні зі стресором — екзаменаційною ситуацією. **Проблемно-орієнтовані** техніки передбачають прямі дії для вирішення проблемних ситуацій: раціональне самоуправління особистості студента та самоорганізація навчальної діяльності; ефективне управління часом, ретельна підготовка до задачі іспитів, структурування навчального матеріалу на складні та проблемні питання, поетапне планування роботи, обговорення складних питань з компетентними одногрупниками, організація робочого місця.

Таким чином, названі заходи подолання завищеної екзаменаційної тривожності у студентів першого курсу будуть сприяти їх продуктивній навчальній діяльності, впевненості в своїх можливостях, формуванні позитивних настановлень та мотивації, оптимістичного погляду в майбутнє, збереження гарного самопочуття та психічного здоров'я.

Л. П. Бортнікова, канд. екон. наук, доц.,
кафедра політичної економії факультетів
управління та маркетингу

САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТІВ ЯК СКЛАДОВА ЧАСТИНА ЕФЕКТИВНОГО НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

Сьогодні важливе місце в підготовці кваліфікованих спеціалістів займає самостійна робота студентів, у зв'язку з чим постає завдання допомоги студентам виробити в собі вміння працювати самостійно. Самостійна робота за складністю виконання стоїть на другому місці після екзаменів.

Раніше така робота розглядалася лише як підготовка до семінарів, екзаменів, написання рефератів. У сучасних умовах вона трактується ширше — як самостійна діяльність студентів по перетворенню інформації у знання. Актуальність цієї форми навчання також полягає в тому, що у своїй подальшій роботі колишні студенти знаходяться в досить жорстких умовах, коли роботодавець вимагає самостійного, негайного пошуку необхідної інформації, правильного рішення, а допомога з боку колег у таких випадках може взагалі й не надходити, якщо панує атмосфера нещадної конкуренції за робочі місця. Дуже часто фахівець на практиці попадає в ситуації, коли йому слід самостійно працювати над виконанням стандартного або нетрадиційного завдання.