

# ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ, 2014 ГОД

## Методика и педагогическая практика

*Снеткова Зоя Николаевна*

*Государственное бюджетное образовательное учреждение*

*Республики Хакасия среднего профессионального образования*

*«Черногорский горно-строительный техникум»*

### ТРУДИТЬСЯ УЧИТЬСЯ

*«Не стыдись учиться и в зрелом  
возрасте: лучше научиться  
поздно, чем никогда» (Эзон)*

Я, проработав в техникуме более 20 лет, все эти годы была классным руководителем, я пришла к выводу, что многие студенты не умеют трудиться, организовать своё время для учёбы и отдыха.

Большую роль в обеспечении профессионально-квалификационной мобильности кадров, формировании умения быстро ориентироваться в происходящих научно-технических переменах и постоянно осуществляемых нововведениях в технологических процессах играет трудовое воспитание и политическое образование.

Трудовое воспитание включает, как важнейшую задачу уважения ко всякому труду и к людям труда, формирование потребности трудиться, чтобы труд стал первой необходимостью человека, вступающего в жизнь. Важно постоянно развивать все богатство видов деятельности, обеспечивающих всестороннее развитие личности.



Большие резервы имеются у каждого из нас по развитию интеллекта. Умственное содержание человека зависит от воспитания и образования, влияния среды в широком смысле слова.

Трудолюбие – первая ступень к выявлению и развитию способностей. Следовательно, преодолей пассивность, лень и вырабатывай привычку к трудовому усилию. Способности развиваются только при максимальном напряжении познавательных и созидательных сил, то есть в процессе преодоления трудностей.

Важно развивать свою работоспособность, то есть умение трудиться с высокой степенью напряжённости в течение установленного времени. Зависит она от многих факторов. В числе их: личные умственные способности; организация учёбы, труда и отдыха; умение пользоваться техническими средствами обучения; навыки накопления, хранения и употребления информации; величина учебных нагрузок и т.д.

Чтобы повысить работоспособность, нужно знать, что учебный труд связан с напряжением нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Чтобы избежать их перенапряжения, есть испытанные средства: физкультура, спорт, физический труд, художественная самодеятельность, туризм, такие полезные увлечения, как коллекционирование и т.п. Выбирай на вкус, соответственно склонностям. Учебный труд – дело в высшей степени творческое.

*«...Работать творчески, с высокой самоотдачей могут, как вы понимаете, люди хорошо развитые интеллектуально и физически, с ясным умом, прочными знаниями и крепким здоровьем». (П.М. Машеров)*

Производительность любого труда, в том числе и учебного, может повышаться за счёт экономии времени. Мариэтта Шагинян считает, что потерянное время – это самоубийство. А народный поэт Абхазии Дмитрий Гулиа утверждает: «Когда бездействуешь хоть один день, то значит, умер на



день раньше». Экономия времени, как и экономия денег, начинается с тщательного учёта каждой траты.

Режим есть точно установленный распорядок жизни: учёбы, труда, отдыха, питания, сна и т.д. Это правильная соразмерность всех фаз жизнедеятельности человека, строго ограниченных определённо фиксированным циклом времени (например, сутками).

Правильная смена деятельности и отдыха играет решающую роль в поддержании трудоспособности. Ритмичность является главным условием выполнения всякого плана работы, в том числе и учебного. Ритм жизни учащегося предполагает, прежде всего, высокую самоорганизованность и самодисциплину, исключает штурмовщину и безалаберность, суету и спешку. Народная пословица гласит: «Бестолковое старание – хуже лежания». Нервная спешка, предупреждают физиологи, психологи и гигиенисты, является предпосылкой нарушения мозгового кровообращения.

Старайся как можно больше времени проводить на свежем воздухе, Разве ты не заметил, как быстро начинает болеть голова в душной комнате? Свежий воздух необходим мозгу. Кровь снабжает его кислородом. Особенно нужен свежий воздух во время занятий, когда мозг испытывает нагрузку. Запомни: свежий воздух – прекрасный стимулятор жизнедеятельности всего организма. При первой возможности ходи пешком; не занимай времени у сна при любой загруженности. Сон – отдых для нашего мозга. Причём этот отдых должен быть в определённое время и в спокойной обстановке, что особенно важно: при выключенном свете, в тишине и с притоком свежего воздуха. Пока человек спит, мозг восстанавливает энергию, истраченную за день.

Планирование – один из существенных признаков любого человеческого труда, важнейшая черта творческой деятельности.

*«Лучше думать перед тем, как действовать, чем после». (Демокрит)*



Жизнь учит нас, что к победе нет гладкой дороги. Путь этот всегда пролегает через большие и малые преграды. И тот, кто не испугается трудностей, преодолеет их.

Есть мудрая пословица (её любит повторять дважды Герой Советского Союза лётчик-космонавт П.Р.Попович): *«Смотри страху в глаза, и страх сморгнёт»*. Опустить глаза – придётся отступить.

В годы учения не раз тебе покажется, что ты взбираешься на высоченную неприступную скалу. День за днём, месяц за месяцем, год за годом. Запасайся терпением, выдержкой, упорством. И как порой ни трудно будет, заставь себя не свернуть в сторону.

И хотелось бы в заключении сказать словами В.А.Сухомлинского.

*«Будь мыслителем. Умей думать, читая, и читать, думая. Будь искателем и пытливым добывателем знаний. Мышление – это самый сложный труд. Знания тебе даются в школе для того, чтобы ты умел добывать новые знания. Живи в мире мыслей и постигай идеи... Жить без мысли – влечёт жалкое существование»*.

