

[Электронный ресурс] // Высшее образование сегодня. 2016. № 4. С. 74–78. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26000633> (дата обращения: 01.07.2020).

4. Третьяк С. В., Антонова Н. Ю. Роль самостоятельной работы студентов в формировании общекультурных и общепрофессиональных компетенций (на примере изучения иностранного языка в медицинском вузе) [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования. 2018. № 2. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=27455> (дата обращения: 2.07.2020).

5. Allan M. Teaching English with Video. L.: Longman, 1991. 296 p.

6. English Vocabulary in Use Upper-Intermediate. Michael McCarthy, Felicity O'Dell. Cambridge University Press, 2017. 280 с.

7. Spiro J. Creative Writing in the Language Classroom, 2012 [Электронный ресурс]. URL <https://www.youtube.com/watch?v=uAjke4m0zAM> (дата обращения: 10.07.2020)

8. Willis D. The potentials and Limitations of Video // Video-applications in ELT. Pergamon Press, 1983 [Электронный ресурс]. URL: [https:// englishagenda.britishcouncil.org/sites/default/files/attachments/f044\\_elt-49\\_video\\_applications\\_in\\_english\\_language\\_teaching\\_v3.pdf](https://englishagenda.britishcouncil.org/sites/default/files/attachments/f044_elt-49_video_applications_in_english_language_teaching_v3.pdf) (дата обращения: 04.07.2020)

УДК 377.6

*Н. А. Остапенко (Пенза, Россия)*

*Пензенский государственный технологический университет*

### **Роль тренинговых занятий в педагогическом обеспечении адаптации студентов-первокурсников к образовательной среде колледжа**

В статье показана роль тренинговых занятий в педагогическом обеспечении адаптации обучающихся колледжа. Рассмотрены понятие и принципы проведения тренинговых занятий. Представлена программа тренинговых занятий, направленных на обеспечение успешной адаптации студентов-первокурсников.

**Ключевые слова:** адаптация, педагогическое обеспечение, тренинг, образовательная среда, колледж, студенты-первокурсники

Особенно актуальным для реализации педагогического обеспечения адаптации студентов-первокурсников в колледже является проведение тренинговых занятий, направленных на повышение уровня адаптированности и обучение конструктивному решению конфликтов.

Само понятие «тренинг» (от англ. training — воспитание, обучение, подготовка) вошло в русский язык лишь последние десятилетия. Тем не менее, в педагогике, психологии и ряде других областей науки и практической деятельно-

сти термин «тренинг» приобрел свою специфику и обычно связывается не с любыми упражнениями, а лишь комплексом упражнений, осуществляемых по специальной методике, разработанной на научной основе. [2; 4]

Программа тренинговых занятий была разработана и проведена со студентами-первокурсниками, имеющими низкие показатели адаптированности к образовательной среде колледжа. Данный тренинг был разбит на несколько этапов. Первые этапы были посвящены знакомству участников тренинга. Последующие этапы выявили проблемы в общении, которые были обнаружены у участников, и, наконец, заключительный этап, в ходе которого проводится обсуждение и подводятся итоги.

Программа тренинга включала в себя 7 этапов, состоящих из:

1. Знакомство с учебной группой.
2. Получение информации о руководителе тренинга.
3. Получение первого впечатления о своем партнере по тренингу.
4. Выявление типичных проблем в общении (игровой).
5. Необычный опыт общения. Формирование самоконтроля.
6. Осознание своих проблем в отношениях с окружающими людьми.
7. Заключительный этап. Подведение итогов.

Рассмотрим программу тренинга.

1-й этап. Тема: Знакомство с группой.

1. Студентам необходимо предложить свободно походить по комнате и пожать руку как можно большему числу людей.

2. При каждом рукопожатии они представляются и сообщают что-нибудь важное о себе.

3. Далее всем предлагается вернуться на свои места и записать те имена, которые они смогли вспомнить. На выполнение задания отводится 2 минуты.

4. Педагог просит студентов подчеркнуть три первых отмеченных имени. Какое значение для них имеют эти имена?

5. Затем студентам предлагается разбиться на пятерки и обменяться мнениями о значении первых трех имен, которые они написали на листах [6, с. 26].

2-й этап. Тема: Получение информации о руководителе тренинга.

1. Студенты садятся в круг.

2. Каждый из участников обдумывает свой вопрос, который он хотел бы задать педагогу, который проводит тренинг. Вопрос может касаться любой сферы: частной жизни педагога, его личности, особенностей характера. Вопрос может касаться профессиональной стороны жизни педагога, его опыта, образования, интересов.

3. Затем студенты записывают свои вопросы и мысленно формулируют на него ответы, воображаемый ответ также записывается.

4. Студенты по очереди задают вопросы, затем кратко подводятся итоги.

3-й этап. Тема: Получение первого впечатления о своем партнере тренингу.

1. Студентам предлагается поставить стулья в два ряда, так чтобы они были обращены друг к другу. Каждый участник выбирает себе партнера из противоположного ряда.

2. У ребят, сидящих напротив друг друга, есть 5 минут, чтобы побеседовать и узнать друг о друге как можно больше информации. Они могут задавать вопросы или рассказывать о себе, т.е. общаться друг с другом. Оба стараются получить более точное и глубокое представление друг о друге. Через 5 минут пары разделяются так, чтобы видеть друг друга было невозможно.

4. Каждый студент-игрок представляет себе, что стал журналистом, который пишет короткую заметку о своем партнере в местную газету. В этой статье должно быть переработано как зрительное впечатление от человека, так и информация, полученная во время беседы с ним.

5. Затем один за другим студенты представляют партнеров, зачитывая свои статьи. Данное упражнение способствует тренировке памяти, развитию наблюдательности и интуиции.

4-й этап. Тема: Выявление проблем в коммуникации (игровой).

4.1. Упражнение «Мои проблемы».

Педагог: «В жизни все мы испытываем разные трудности, обнаруживая у себя черты, осложняющие нам жизнь. В то же время, если припомнить, найдутся примеры, показывающие, что мы вполне способны с этим справиться. Вот, например, склонность откладывать на потом, когда мы дотягиваем с делами, которые нужно выполнить к определенному сроку, до последнего момента, когда успеть уже почти нереально. Но все мы можем, наверное, вспомнить и случаи, когда заблаговременно запланировав сделать что-то, успевали вовремя. Стало быть, все в наших руках» [4].

Участникам группы предлагается вспомнить и записать такие случаи (по одному), а затем рассказать о них. После обсуждения педагог предлагает таким же образом вспомнить: о боязни или раздражении, вызываемых критикой в свой адрес; о стремлении обвинить в своих проблемах окружающих.

4.2. Упражнение «Ассоциации», «Жесты».

Ведущий (участники группы вызываются на эту роль добровольно) выходит, остальные участники группы загадывают кого-то из оставшихся. Ведущий по ассоциациям должен отгадать того, кто загадан группой.

Перед началом игры ведущий объясняет, что все его вопросы должны быть однотипны – на что или на кого похож тот, кого загадали: на какое время суток; на какое время года; на какой день недели; на какой цвет радуги.

Следует особо напомнить, что задание нужно выполнять так, чтобы не задеть самолюбия, не оскорбить того, кто был загадан. Данное упражнение по-

могает участникам группы подготовиться к получению обратной связи в других упражнениях[5]; [6].

5-й этап. Тема: Необычный опыт общения. Формирование самоконтроля.

#### 5.1. Упражнение «Спина к спине».

Педагог говорит о том, что в группе имеется возможность получить опыт общения, который недоступен в повседневной жизни. Двое студентов садятся спиной к спине друг к другу и стараются в таком положении в течение 3-5 минут поддерживать разговор, затем они делятся своими ощущениями. Ведущий спрашивает: было ли это похоже на знакомые житейские ситуации (например, телефонный разговор), в чем отличия; легко ли было вести разговор; какой получается беседа – более откровенной или нет [3].

#### 5.2. Упражнение «Мои идеалы».

Педагог помогает студентам выделить и вспомнить разные, достаточно большие периоды в жизни, и кто из ныне живущих или живших в прошлом людей был для студента примером. Это могут быть как родные и близкие, друзья, так и вымышленные герои – персонажи книг, фильмов, исторические личности (писатели, политики), и ныне живущие знаменитости. Происходит обсуждение: чем же они привлекательны.

#### 5.3. Упражнение «Монстр».

Педагог: «Все мы признаем за собой разные недостатки. Представим себе, что в центре стоит чучело – несимпатичное такое, вроде как ставят на огородах отпугивать птиц. Оно обладает всеми теми качествами, которые мы считаем своими недостатками. Так, если кто-то признает за собой некоторую слабость, он говорит: «Чучело такое-то» – и называет этот недостаток. Затем каждый из нас скажет, чем не плохи те качества, которые были названы, но не про те качества, которые назвал сам, а про те, которые назвали у нашего чучела другие». После того, как все участники высказались, педагог называет, что записал, а студенты говорят, какие плюсы имеет то или иное качество [8]; [9].

6-й этап. Тема: Осознание и принятие своих проблем в отношениях с окружающими.

Педагог предлагает студентам вспомнить примеры жизненных ситуаций, когда им приходилось сталкиваться с трудностями в общении и как они себя повели в тот момент. Затем происходит обсуждение ошибок, способы выхода из сложившейся ситуации.

7-й этап. Тема: Заключительный этап. Подведение итогов.

Участники тренинга в течение 10 минут писали свои впечатления о тренинге, отмечая как положительные, так и отрицательные впечатления. После написания проводилось обсуждение: негативные впечатления и замечания, затем – позитивные.

Таким образом, в ходе проведения тренинговых занятий у студентов-первокурсников происходило формирование умений и навыков, необходимых

для построения успешной коммуникации между студентами группы, а также преодоление затруднений в общении с педагогами как условие успешной социально-психологической адаптации [1]; [7]. Кроме того, использовались психогимнастические упражнения.

Актуальным стало применение психогимнастических упражнений, направленных на развитие невербальных языков общения (тактильного, визуального, мимического, пантомимического). Так, например, упражнение «Жесты» не только способствовало развитию представлений участников о значимости невербальных средств общения, но и формировало умения иностранных курсантов-первокурсников пониманию невербального поведения партнеров по общению и взаимодействию. В процессе выполнения упражнений, обучающиеся пришли к пониманию существования взаимосвязи между отношением субъекта к коммуникативной ситуации и его позой, мимикой и жестами, которые передают состояние и психологические особенности человека.

В свою очередь, одной из актуальных задач педагогического обеспечения социально-психологической адаптации является умение устанавливать доброжелательные взаимоотношения с новым социальным окружением, одногруппниками и педагогами колледжа. Развитию данного умения способствовало проведение психогимнастических упражнений «Воздушный шар», «Объявление», «Вместе по жизни», «Жетоны» и др. [10].

Проведение тренинговых занятий позволило сформировать сплоченность группы, повысить коммуникабельность и раскрепощенность участников группы, развить навыки самоконтроля. Кроме того, данная тренинговая программа позволила повысить мотивацию межличностного общения в учебной группе, наладить благоприятный психологический климат между её участниками.

### *Литература*

1. Воскресенко О. А. Развитие адаптационных способностей обучающихся в учреждениях общего и профессионального образования: учебное пособие. Пенза: ПГПУ им. В. Г. Белинского, 2010. 239 с.
2. Меренкова Н. Традиции учебного заведения в развитии коллектива и личности в начальном профессиональном образовании // Народное образование. 2006. № 2. С. 202.
3. Остапенко Н. А. Изучение и развитие коммуникативных умений студентов колледжа как составляющий элемент непрерывного образования // Сборники конференций НИЦ Социосфера. 2016. № 63. С. 102-109.
4. Пайнс Э., Маслач К. Практикум по социальной психологии. СПб.: Питер, 2000. 528 с.
5. Пугачёв В. П. Тесты, деловые игры, тренинги. М.: Аспект Пресс, 2000. 285 с.

6. Руководство практического психолога: психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / под ред. И. В. Дубровиной. М.: Академия, 1998. 128 с.
7. Сергеева С. В., Воскресасенко О. А. Формирование социальных компетентностей в техническом вузе как многоуровневом образовательном комплексе // Интеграция образования. 2016. № 4. С. 484–492.
8. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. М: Генезис, 2003. 336 с.
9. Шевандрин Н. И. Социальная психология в образовании. М.: ВЛАДОС, 1995. 544 с.
10. Шевандрин Н. И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. М: ВЛАДОС, 1999. 512 с.
11. Шмелев А. Г. Основы психодиагностики. Ростов н/Д: Феникс, 1996. 544 с.

УДК 378.147:811

*М. И. Парамонова (Санкт-Петербург, Россия)  
Санкт-Петербургский государственный университет телекоммуникаций  
им. проф. М. А. Бонч-Бруевича*

### **Особенности обучения иностранному языку магистрантов-регионоведов**

В статье рассматриваются некоторые особенности обучения иностранному языку магистрантов неязыкового вуза, а также специфика языковой подготовки в магистратуре по направлению «Зарубежное регионоведение». Автор описывает основные проблемы, возникающие в процессе обучения, анализирует способы оптимизации учебного процесса.

**Ключевые слова:** иноязычная профессиональная коммуникативная компетентность, универсальные и общепрофессиональные компетенции, активные и интерактивные методы обучения, модель перевернутого обучения, научно-исследовательская работа магистрантов

В эпоху глобализации, развития и укрепления международных связей, интенсивной информатизации общества, интернационализации высшего образования требования к выпускникам вузов постоянно повышаются. Залогом конкурентоспособности и успешности на рынке труда является высокий уровень профессиональной подготовки современного специалиста, включающей владение иностранным языком в качестве обязательного компонента.

Основной задачей обучения иностранному языку в неязыковом вузе является формирование иноязычной профессиональной коммуникативной компетентности. Процесс обучения осуществляется на основе компетентностного подхода, предусматривающего активное использование новых методов и технологий, направленных на повышение уровня языковой подготовки студентов.