

По следам наших выступлений

«КУРЯЩИЕ И НЕКУРЯЩИЕ. КТО ИМЕЕТ БОЛЬШЕ ПРАВ?»

В ответ на напечатанный в газете «Кадры приборостроению» 9 июня материал под этим заголовком сообщаем следующее. Вопросы борьбы с курением в институте были посвящены два заседания ректората. После первого заседания был издан приказ о запрещении курения в неотведенных местах. По результатам второго заседания был подготовлен проект приказа о запрещении курения в институте. Профкомы студентов и сотрудников провели анкетирование по вопросу запрещения курения. Большинство сотрудников и студентов высказали мнение против полного запрещения курения. Поэтому приказ не вышел. Запрещающие и разрешающие знаки в отведенных для курения местах будут обновлены.

А. КУЗНЕЦОВ, проректор по АХР, **С. КРАШЕНИННИКОВ,** председатель профкома студентов

ОТ РЕДАКЦИИ. Полученный нами «совмещенный» ответ администрации и одного из профкомов звучит по меньшей мере неубедительно. Подобные ответы принято именовать отголосками. Совершенно неясно, где, когда и

«Движение,— писал еще в XVIII веке замечательный французский врач Тиссо,— как таковое может по своему действию заменить любое лекарство, но все лечебные средства мира не в состоянии заменить действие движения».

В наше время справедливость этого высказывания может быть оценена в полной мере. Мысль о том, что человеку в любом возрасте нужно двигаться, что занятия физической культурой и спортом должны заменить отсутствующий физический труд, ни для кого не является новой. Разум человека уже в далеком будущем, без сомнения, найдет эффективные пути и средства такой замены...

ЗДОРОВЬЕ

...Существуют гимнастический зал, лыжи, велосипед, бассейн, гантеля, можно заняться физзарядкой, ходить, бегать. Каков же должен быть выбор, чтобы эффект от занятой был максимальным? Одни считают, что физзарядка может удовлетворить всех: она доступна и достаточно эффективна. Другие склонны предпочесть иные формы физической деятельности. Так, японские ученые, например, полагают, что наилучшим средством является ходьба. 10 000 шагов в день — вот минимальная доза физической активности, потребная организму человека. Однако наиболее универсальным средством поддержания физической готовности на сегодняшний день можно считать медленный бег, получивший в последнее время широкое распространение во всем мире. Это занятие не требует много времени (15—30 минут в

день найдется у каждого), специального снаряжения, заниматься позицию... им можно везде и всегда.



«Человек, даже если у него к восстановлению есть миллион, не может заплатить кому-то за то, чтобы тот делал упражнения вместо него. Борьба за продление своей жизни с помощью правильного питания и физической культуры вам придется вести самому...»

Большинству из нас от рождения дается хорошее здоровье, но этот бесценный дар мы слишком часто принимаем как нечто само собой разумеющееся. И, к

ХОРОШИЙ ПРИМЕР

Среди преподавателей и лаборантов кафедры истории КПСС нет ни одного курящего. Но в коридорах главного учебного корпуса, на лестничных переходах мы буквально задыхаемся от дыма...

А вот в Ленинградском институте инженеров железнодорожного транспорта давно уже вообще не курят в учебных корпусах. В этом институте всегда чистый воздух, а у преподавателей и студентов свежие лица.

Что мешает нашему институту последовать этому замечательному примеру?

И. ЗАХАРОВ, И. КОНДРАТЬЕВ, О. КУЗЬМИНА, В. ПАВЕНОВ, сотрудники кафедры истории КПСС

О КУЛЬТУРЕ МАЛО ГОВОРЬТЬ

КОГДА Я ПРИШЕЛ на первый практика повсеместного неконтролируемого курения. Курильщики чувствуют себя безнаказанными. А те, кто не курит, в большинстве случаев, не желая конфликтовать, воздерживаются от замечаний на этот счет.

Конечно, увещевать каждого в отдельности — это уподобляться повару из басни Крылова «Повар и кот». Есть более разумный вы-

ход — просто-напросто запретить курение. Ведь есть же у нас в Ленинграде «некурящие» институты, такие, как Институт культуры, Финансово-экономический институт.

Давайте же позаботимся о своем здоровье, а заодно и о здоровье тех, кто курит.

К. АЛЕКСАНДРОВ, студент 248-й группы

ПАГУБНАЯ ПРИВЫЧКА

НЕМАЛО ПРОБЛЕМ встает перед каждым человеком — окружающая жизнь все более усложняется. И очень огорчительно, что к нам прибавляется и еще одна: как уберечь свое здоровье от вредоносного дыма. Курильщики окружают нас со всех сторон, дымят своими сигаретами, не считаясь ни с какими правилами. На каждом шагу мы вынуждены дышать по чьей-то мимости самым настоящим ядом.

Курильщики вольготно чувствуют себя и на улице, и в общественных местах, и, что совсем уж странно, в коридорах вузов. Ущерб для большинства из нас наносится настолько явный, что помалкивать и отворачиваться уже просто нельзя.

В моем родном городе Сочи меры по борьбе с курением принимаются самые крутые. Если это можно сделать в масштабах целого города, то почему к этому не прибегнуть у нас в институте. Пагубной привычке надо объявить беспощадную борьбу!

Елена ЖАРИКОВА, студентка 230-й группы

подвергнете их трудному испытанию при беге по бетонной или асфальтовой дороге.

Излишне полный бегун может обнаружить, что его ноги в голеностопных суставах опухли. С этим можно бороться, надевая эластичный бинт, а также, выполняя как можно больше упражнений для укрепления подъемников. Лучший метод — встать носками на доску, оставив пятки на полу, и подниматься и опускаться на подушечки ступней.

Как правило, после первых дней бега появляется боль в мышцах. К сожалению, именно она отводила многих от занятия бегом, главным образом потому, что они не понимали, в чем тут дело. Кое-кто из подобных бегунов не бегал по 20—30 лет. Их предупреждали, что мышцы будут болеть. Одна из причин, вызывающих боль в мышцах, заключается в том, что увеличивающийся поток крови пробивает себе путь и открывает заново капилляры, которые долгое время бездействовали. Другая причина состоит в образовании кислородной задолженности, поскольку неподготовленный бегун не имеет достаточного количества гемоглобина, и у него накапливается молочная кислота, ограничивающая мышечные сокращения. Иногда болят мышцы вокруг груди из-за резкого возрастания дыхательных движений. По существу, эта боль является здоровым свидетельством, что в вашем организме происходят перемены к лучшему.

С. КОВАЛЕВ, кандидат медицинских наук

Редактор Ю. Л. МИХАЙЛОВ

Ордена Трудового Красного Знания типография им. Вильямского Ленинграда, Фонтанка, 57.

Заказ № 9165



Третьекурсники инженерно-физического факультета Анатолий Затеинников, Сергей Смирнов и Владимир Тимофеев проводят в лаборатории электроники исследование дешифраторов.

Фото З. Саниной

ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ намечаемого Организующим фактором каждого преобразования высшей школы — это занятия должна быть научно-—рекордное повышение качества практическая проблема. Коммунистической подготовки специалистов. В проекте «Основных направлений перестройки высшего и среднего специального образования в как обучение основам диалектического материалистического стиля» подчеркивается: «Решение программной задачи ускорения социально-экономического развития страны требует коренного улучшения марксистско-ленинской подготовки специалистов».

Фундаментальной целью философского обучения является

формирование у студентов ЛИТМО мировоззренческо-методологических основ инженерной и гражданской деятельности. Преподаватели философии обязаны прививать будущим специалистам навыки творческого применения диалектико-материалистического метода в профессиональной и общественной работе».

Интенсификация формирования творческого типа гражданина и инженера требует внесения существенных корректировок в организацию учебно-воспитательного процесса, к чему обязывает нас проект ЦК КПСС. Прежде всего, должны быть усовершенствованы содержание и форма лекционной, семинарской и индивидуально-групповой работы со студентами. Важную роль в обучающей системе должны играть семинарские занятия. Для того чтобы «способствовать наиболее полному раскрытию способностей и дарований молодежи», необходимо создавать и поддерживать максимально благоприятный философское обучение включает социально-психологический климат педагогического общения.

НЕ В УЩЕРБ ФУНДАМЕНТАЛЬНОСТИ

В ХОДЕ обсуждения проекта ЦК КПСС на кафедре электротехники этот документ получил полное одобрение и поддержку. Участники собрания предложили устранить практику сокращения объема общетеchnических дисциплин, имея в виду необходимость фундаментальной подготовки студентов.

Была принята рекомендация улучшить пенсионное обеспечение профессорско-преподавательского состава вузов, разрешив работу по совместительству с сохранением пенсии так, чтобы

малые компоненты обучающего процесса во многом берут на себя разрабатываемые и внедряемые автоматические системы контроля.

Как того требует проект ЦК КПСС, семинарские занятия по философии должны быть организованы вокруг диалогического, дискуссионного, состязательного участия студентов в обсуждении планируемого круга вопросов. Каждый семинар, лекция, индивидуальное занятие — это модель постановки и решения преимущественно будущих профессиональных и гражданских практических проблем. Каждое занятие одновременно содержит в себе модель прогрессивного, творческого решения проблем актуального социально-гигиенического поведения студентов. Таким образом, центром всего обучающего процесса должен стать не экзаменационный контроль, а система развития «студент — инженер — гражданин».

Проблемно-дискуссионное философское обучение включает

в себя не пассивно-информационный способ чтения лекций, а

ков, издание которых затягивается, подготовить силами преподавателей кафедры объемные «методические рекомендации», содержащие проблемное изложение основных компонентов курса философии, инструкции по самостоятельному освоению трудов классиков марксизма-ленинизма и ряд других учебных материалов.

Подобные «методические рекомендации» могут быть подготовлены кафедрой в течение учебного года. По нашему мнению, чтение курса философии должно предварять «методологическое введение».

Ориентация на студенческую аудиторию, знание ее ценностных установок, умение организовывать молодежные коллектизы для реализации учебно-педагогических целей позволит философскому обучению избежать серьезного упрека во все еще имеющихся место начальничество и догматизм, сколастическом теоретизировании.

Перспективы перестройки преподавания философии, интенсификация учебно-педагогическо-

го процесса потребовали изменения в стиле педагогического мышления. Сегодняшнему педагогу-обществоведу необходима фундаментальная подготовка в области социологии и психологии студенческой молодежи, социопсихологии инженерной деятельности, теории организации и управления. Каждое учебное занятие должно обучать студентов технологии управлений действий, так как студенты должны обладать «основами организаторской и воспитательной работы в трудовых коллективах», как это подчеркивается в обсуждаемом проекте ЦК КПСС.

Весьма важным в актуальном учебно-педагогическом процессе является организация студенческой активности вокруг изучаемой философской проблематики, имеющей явно выраженную методологическую ценность для каждого студента.

Известно, что учебная активность молодой личности — это внешнее проявление общей социально-интеллектуальной активности.

В формировании общественно-

гражданской активности студента, молодой личности техническая высшая школа, преподавание основ марксизма-ленинизма должны играть существенную роль.

Догматизм и бюрократизация педагогического воздействия делают студента маловосприимчивым к освоению гуманистических ценностей общества реального социализма.

Существенной критике должны быть подвергнуты бюрократические, дегуманизированные способы и формы воздействия на студенческую аудиторию. Взаимоотношение преподавателей и студентов стало помехой в реализации намеченной перестройки высшей

внутривузовского обучения. Существенным инструментом становления и развития творческого типа педагога-философа является, безусловно, глубокое творчество, реальное участие каждого члена кафедры философско-творческой жизни кафедры, региона, страны. В философско-педагогическом труде целостная методология есть ключ к целостной методике, к системности всего учебно-педагогического процесса.

Важную роль в совершенствовании преподавания философии в ЛИТМО должна играть автоматическая система обучения. В проекте ЦК КПСС подчеркивается: «Надежным средством все сторонней интенсификации и повышения качества учебного процесса будет его компьютеризация».

Б. ФЕДОРОВ, доктор философских наук, профессор, заведующий кафедрой философии и научного коммунизма, И. ШОРОХОВ, кандидат философских наук, доцент кафедры философии и научного коммунизма

ЗА СЧЕТ ЛЕКЦИОННЫХ ЧАСОВ

НА КАФЕДРЕ конструирования деятельности и оказания учебно-производства электронно-вычислительной аппаратуры прошло обсуждение проекта ЦК КПСС о перестройке высшей школы. Коллектив кафедры, всецело одобрав этот важнейший партийный документ, разработал конкретную программу своей деятельности на ближайшее время.

Решено обновить комплексный договор по базовой кафедре с целью усиления контроля над ее работой студентов.

На вечернем отделении предполагается выявить кандидатуры студентов для обучения по индивидуальному плану.

Намечено организовать целевую практику группы с технологической специализацией, начиная с третьего курса. Изыскивается возможность увеличения продолжительности этой практики за счет лекционных часов и лабораторных работ.

А. СКВОРЦОВ, доцент, партгруппа кафедры конструирования и производства электронно-вычислительной аппаратуры



ПРОЛЕТАРИИ ВСЕХ СТРАН, СОЕДИНЯЙТЕСЬ!

Кадр

ПРИБОРОСТРОЕНИЮ

ОРГАН ПАРТКОМА, ГРОФКОЛОВ, КОМИТЕТА ВЛКСМ И РЕКТОРА
ПЕНИНГРАДСКОГО ОРДЕНА ТРУДОВОГО КРАСНОГО ЗНАМЕНИ ИНСТИТУТА
ТОЧНОЙ МЕХАНИКИ И ОПТИКИ

№ 26 [1303] Пятница, 26 сентября 1986 г. • Выходит с 1931 года • Цена 2 коп.

Проблемы высшей школы

комплекс проблемно-лекционного процесса потребовали изменения в стиле педагогического мышления. Сегодняшнему педагогу-обществоведу необходима фундаментальная подготовка в области социологии и психологии студенческой молодежи, социопсихологии инженерной деятельности, теории организации и управления. Каждое учебное занятие должно обучать студентов

технологии управлений действий, так как студенты должны обладать «основами организаторской и воспитательной работы в трудовых коллективах», как это подчеркивается в обсуждаемом проекте ЦК КПСС.

Способ внимание обществоведов должны привлечь проблемы межличностных отношений в студенческих группах. Успешное обучение студентов возможно только тогда, когда коллектив организован не формальными средствами, а учебными целями. Состязательность между студентами должна быть переориентирована из сферы потребления, досуга на область обучения, овладения знаниями, творчества.

Творческий тип личности гражданина и специалиста может формироваться только при творческом способе философского обучения. Последний предполагает переход от типа преподавателя-информатора к типу преподавателя-наставника, инструктора по творческому овладению диалектико-материалистическим стилем мышления и практического действия. Педагог прогрессивного типа формируется всей системой внутрикафедрального,

КАЧЕСТВО, А НЕ КОЛИЧЕСТВО

В ПРОЕКТЕ ЦК КПСС о перестройке высшей школы четко указано, что стране нужно высокое качество подготовки специалистов, а не их количество, которое зачастую растет необоснованно.

Современные требования заставляют нас по-новому сформулировать задачи. В партийном документе об этом сказано чрезвычайно конкретно: «специалист сегодняшнего дня должен обладать... знанием иностранного языка». Как эти прекрасные слова претворить в жизнь?

Кафедре иностранного языка необходим факультатив — 160 часов на третьем и четвертом курсах с заменой восьмом семестре, как указано в программе Минвуза СССР по иностранным языкам 1984 года.

Нельзя обучать иностранному языку только на первом и втором курсах. В этот период студент еще не владеет специальностью, и усвоение языка носит поверхностный, отвлеченный характер. Это противоречит важнейшим требованиям, выдвигаемым перестройкой.

Развивая вузовскую науку, надо первоочередное внимание уделять исследованиям в области учебного процесса. В этом отношении нашей кафедре нужно

таким положением проекта, что продолжить и развивать сложив-

ПРИЕМ ПО ФАКУЛЬТЕТАМ

ПРИ ОБСУЖДЕНИИ проекта ЦК КПСС на совместном заседании кафедры бортовых приборов управления и партгруппы были единодушно одобрены «Основные направления перестройки высшего и среднего специального образования в стране».

В числе поступивших предложений отметим следующие.

С целью улучшения подготовки специалистов высшей квалификации увеличить срок обучения в очной аспирантуре до 3,5 лет, а также возобновить прием в очную аспирантуру не только целевым назначением.

Минвузу СССР обеспечивать централизованную поставку в ин-

ститут вычислительной техники и спецоборудования.

Расширить в институте чтение фундаментальных дисциплин по специальностям.

С целью повышения фундаментальной подготовки по общенаучным дисциплинам осуществлять прием в институт по факультетам, проводя в течение первых двух курсов профориентационную работу силами выпускающих кафедр, а после второго курса производить конкурсное распределение студентов по специальностям.

О. АНУЧИН,
партгруппа кафедры бортовых приборов управления

ПРЕПОДАВАТЕЛЮ — ЗНАНИЕ ПСИХОЛОГИИ

НА СОВМЕСТНОМ заседании кафедры химии и партгруппы прошло обсуждение проекта ЦК КПСС о перестройке высшего образования в стране. С сообщением по этому вопросу выступил профессор В. И. Шелинский. В ходе завязавшегося обсуждения доцент А. Ф. Новиков выдвинул предложение: уточнить систему

планирования нагрузки кафедры и индивидуальной нагрузки преподавателей в зависимости от реального количества студентов, обучающихся на старших курсах.

Профессор Г. И. Шелинский предложил в системе подготовки аспирантов и повышения квалификации преподавателей усилить психологопедагогическую и методическую подготовку, особенно по современным методам обучения. Ассистент Л. А. Никак-

корова предложила дифференцированное повышение стипендии аспирантов: для семейных — 150 рублей в месяц, для несемейных — не менее 120. Доцент Ю. П. Тарланов уточнил: семейный должно доплачивать производство. Он же поддержал ликвидацию излишней опеки над студентами.

В принятом решении коллегия кафедры одобрила проект Основных направлений перестройки высшей школы и заверила, что приложит все силы к его практической реализации. Было предложено также провести корректировку размеров стипендии студентов с учетом актуальности профиля подготовки (технологи, конструкторы).

Л. КУРБАНОВА,
партгруппа кафедры химии

и науки

НЕРЕДКО ПРИХОДИТСЯ встречаться с тем, что молодые люди еще не привыкли задумываться над своим поведением.

После лекции «Фальшивые ку- миры», прочитанной мной в Ленинградском Дворце культуры имени Горького, на улице меня догнали двое юношей с приче- ской «а-ля-панк».

— Извините, — сказал один из них, — мы захватили лишь конец вашей лекции. Хотелось бы, если у вас есть время, поговорить.

Мы беседовали около часа.

окончила школу, не желает учиться и работать. «Ищет себя в ресторанах и барах. Публично в таком виде появилась взрывы. — Зачем всем эта мишуря? — спросил я.

— Скучно, — тоскливо ответил я.

Грустно, смешно и обидно. Многочисленные встречи с беседы с подобными ей убедили меня, что чаще всего это откровенные бездельники, не знающие, куда деть свободное время.

Проблема и в том, что части

важнее воспитывать разборчивость, хороший вкус. Многих членов группировок объединяет интерес к молодежной музыке. Они слушают записи, обмениваются дисками, бренчат на гитарах, говорят о популярных певцах и группах. Юношескому возрасту присуще стремление к романтике, желание иметь тайну, дач, поставленных партией. Однако во многих городах и поселках подросткам вечером действительно нечего заняться. Активные и спортивные залы в школах

довой массой юношей и девушек, ее энергии, ответственности, вытеснили сознательности, гражданской неуспокоенности, непримиримости к антиподам коммунистической морали. Всему этому надо дать широкий простор.

В. ЛИСОВСКИЙ,
доктор философских наук,
профессор, лауреат премии
Ленинского комсомола

ПОЛИТИРОФАНУШКИ

Оказалось, что никаких они не панки, а прически сотворили, чтобы выглядеть оригинально.

Пришло рассказать собеседникам об истории появления панков, о том, что слово «панк» возникло в Англии в XVI столетии. Как существительное оно означает «куличная девка», как прилагательное — «никчемный, пустой, плохой». Есть и такое определение — «агнилушка».

Так называемый «новый панк» выступает сейчас за идеи чистой расы и «сильной личности», солидаризируется с нацистами, «Третий рейх», «Коричневая ударная brigada», «бреслау» — вот лишь некоторые из названий современных западных рок-групп.

Обо всем этом я рассказал своим собеседникам.

— А вы, — говорю, — подражаете этим подонкам.

— Но ведь это так модно сегодня, — смущенно сказал один из юных собеседников.

Ох, уж эта мода! Как иной раз она обесличивает нетребовательных к себе молодых людей, забывающих о том, что в современном мире мода связана с политикой, что буржуазная пропаганда стремится навязать чужую нам идеологию, безразличность и аполитичность. Но всегда ли мы создаем непримиримое общественное мнение вокруг этих «политических митрофанушек»? К сожалению, нет.

...ПО ПРОСПЕКТУ, привлекая внимание окружающих, медленно движется девица: волосы выкрашены в два цвета, губошерстное вязаное платье разрезано до плеча, в носу булавка, на шее лезвие бритвы.

— Давно «панкуется» — спросил я.

— Вторую неделю, — гордо ответила девица.

Моя собеседница оказалась восемнадцати лет. Год назад

и вузах либо закрыты, либо сданы в аренду, теневые вечера стали редкостью, самодеятельность заглохла. В клубах и кружках при энциклопедиях чаще всего преобладают ребята в возрасте от 9 до 13 лет, так как более старших нечем занять. Многие современные подростки не знают цену денег и вещей, не знакомы с истинной ценностью настоящего труда.

Давно известно, что молодость — это пространство для физического, социального и духовного развития личности. И социалистическое общество принципиально не заинтересовано в искусственном затягивании периода детства, в формировании потребительской психологии.

Подросткам и юношам нужны, повторяю, конкретные, приносящие пользу себе и обществу, дела.

С подростками надо заниматься

ЗАМЕТКИ СОЦИОЛОГА

Сколько круглый год, в не тогда, когда они становятся «трудными». А по-серебряному, по-настоящему — что может противопоставить панковским и прочим суперменским соблазнам комсомол? Многое. Но он часто работает только на производстве, в школах, в на улицах, во дворах, орудуют другие, — справедливо отметил один из моих собеседников. Замечание, хотя и с некоторым перехлестом, в общем-то, съясняется, справедливое.

Меня радует, как перестраивает сейчас свою работу комсомол. Если раньше комсомольских вожаков трудно было затянуть на диспут, то сегодня они все чаще и чаще выступают ведущими. Но все же хочу подчеркнуть: без коренного переворота в ближайшем будущем комитетов комсомола с кра-

перекурсника ждет в институте напряженный учебный труд. Что для этого надо уметь? Уже умудренные студенты на первое место выдвигают умение распределить свое время и организовать его. Далее идут — умение работать с книгой, умение самостоятельно находить и использовать нужные источники информации, умение доводить начатую работу до конца, невзирая на трудности. Скромнее рассматривается умение кратко и ясно конспектировать и совсем скромно — обсуждение возникающих и процесса учебы проблем с другими студентами и преподавателями. Попробуем прокомментировать это умение.

Пожалуй, выдвижение на первый план проблемы рационального использования времени не вызывает сомнения. Вуз предлагает очень напряженный учебный темп. А сколько есть интересных дел вне непосредственно учебной сферы — общественных, спортивных, культурных. Никто не думает всерьез, что студия, надо научиться рационально



Занятия кружка фотокорреспондентов на факультете общественных профессий проводят ассистент кафедры оптических приборов Б. П. Папченко и инженер кафедры химии С. Е. Соловьев.

Фото выпускницы ФОПа Елены Земцовой.

СТУДКОРУ НА ЗАМЕТКУ

ТЕХНОЛОГИЯ ГАЗЕТНОГО ДЕЛА

Как стать корреспондентом многотиражной газеты? Можно ли этому научиться?

Да, можно! И поможет вам в этом школа рабочих корреспондентов, которая начинает свою работу во Дворце Культуры им. Ленсовета.

В нее принимаются рабочие и студкоры многотиражных газет Петроградского района. Школа рассчитана на двухгодичное обуче-

ние. Занятия в ней будут вести доцент факультета журналистики им. А. А. Жданова кандидат филологических наук П. С. Карасев и кандидат филологических наук С. Я. Яковлев.

Слушатели школы познакомятся с марксистско-ленинским учением о печати, ее социальных функциях, с принципами коммунистической журналистики. Особое место займет обсуждение задач советской журналистики в свете решений XXVII съезда КПСС.

Слушатели ознакомятся с основами работы редакции газеты, студий радио и телевидения.

В процессе обучения предстоит экскурсии в редакцию и типографию, а также встреча с сотрудниками газеты «Ленинградский рабочий».

И. БАРАНОВА.

СОВЕТЫ ПЕРВОКУРСНИКУ

ТЕМП, РИТМ, ПЛАН

дент, кроме одоления тяжелой смене труда и отдыха, одних занятий — другими. Следует разобраться в особенностях собственного рабочего ритма — что и когда делать, когда работать над самым трудным, когда — над самым легким, а когда предпочитительен отдых — прогулка пешком или на лыжах, кино. В-третьих, важно организовать рабочее место. В комнатах общежития слишком много отвлекающих факторов. Самое разумное — заниматься в читальном зале или свободной аудитории.

Хорошо привыкнуть себя к планированию работы. Основной ритм задает расписание занятий. В идеале следует стремиться к напряженному, но реальному плану. Если слишком завысить объем предстоящего, то выполнить всего не удастся, а план может оказаться бесполезным. Почему желательен недельный, и ежедневный план? Только ежедневный план будет держать в постоянном напряжении, не позволит

расслабиться; недельный план может наиболее разумно распределить весь объем учебной работы. Наконец, план надо постоянно контролировать. Хорошо привыкнуть себя в конце рабочего дня анализировать всю проделанную работу и намечать план на следующий день, это же делать в конце недели по недельному плану. Естественно, что жизнь будет вносить в планы свои коррективы, придавать им некоторую гибкость. Но не надо забывать, что план не самоцель, а средство организации своей работы. И за гибкость плана не упустить главное — целеустремленную учебную работу.

Итак, рационально использовать время — это значит: взять максимум от учебных занятий, уметь чередовать разные виды занятий, разные виды деятельности; организовать свое рабочее место; планировать предстоящую работу.

Л. ЛИСС,

кандидат философских наук