

анатомии на живой модели.

Основная цель учебного пособия – показать на наглядных примерах живой модели связь между внешними визуальными формами модели с их внутренним строением.

Данное пособие содержит два раздела: теоретический, иллюстративный.

Краткие теоретические сведения раскрывают основные понятия о форме и пластике головы, шеи, отдельных деталях лица.

Иллюстративный материал дает достаточно полное представление о пластике человеческого тела, которыми следует пользоваться после разбора классических рисунков. Материал, данный в приложении, и выполненный автором, позволяет определять мышцы и группы мышц в форме головы и фигуре живой модели в покое и в движении.

Учебное пособие по пластической анатомии рекомендуется использовать в процессе изучения закономерностей конструктивного построения фигуры человека.

Изучение пластической анатомии вооружает студента знанием основных конструктивных узлов и опорных точек человеческой фигуры, с помощью которых он ясно видит в натуре и верно изображает в своем рисунке форму всей фигуры, ее частей в покое и в движении.

Изучая сложную форму тела человека в различных положениях, студенты развивают художественное зрение, формируют подлинно творческое мышление будущего художника.

Познание сути гармонии фигуры человека, соответствия ее формы содержанию, функции и конструкции поможет в дальнейшем увидеть и правильно подойти к изучению многообразных форм природы и мира вещей, разобраться в их внутренней структуре и извлечь из этого практическую пользу для решения различных творческих задач, которые может поставить жизнь перед будущими художниками.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Евсин Е.А., Евсина Е.В.

*Пермский государственный технический
университет,
Пермь, Россия*

Целями учебного пособия являются: *образовательная* – формирование системы знаний, умений и навыков для осуществления определенных видов самостоятельной работы (ее организации, чтения литературы, усвоения информации, подготовки к экзамену); *развивающая* – развитие способностей к мыслительной деятельности, осмыслению и оценке своих действий в процессе само-

стоятельной работы; *воспитательная* – формирование доминанты самосовершенствования, включающей в себя установку на самообразование, самовоспитание, самоутверждение, самоопределение, саморегуляцию, самоактуализацию.

Глава «Организация самостоятельной работы» построена в виде бесед-рекомендаций – как организовать свое время и повысить эффективность выполнения работ. Анализ стиля своей работы с помощью анкеты поможет выявить резервы в его улучшении.

Глава «Чтение литературы» знакомит с различными видами и приемами чтения, с возможностями изменения темпа чтения в зависимости от поставленных целей, сложности текста и бюджета времени. Предлагаются интегральный алгоритм, облегчающий поиск нужной информации в тексте, и упражнения по усвоению алгоритма с применением творческого подхода, способствующего выработке соответствующих навыков. Приводится дифференциальный алгоритм чтения, определяющий общий ход мыслительных операций, в результате которых можно выявить смысловое ядро текста. Даются упражнения по усвоению дифференциального алгоритма, которые формируют умения и навыки отбрасывать несущественное и выделять смысловое ядро.

В главе «Усвоение информации» приведенная методика учитывает все фазы этого сложного процесса: восприятие информации, концентрацию внимания, запечатление информации, повторение, забывание, припоминание. Овладение этими приемами дает возможность хранить большое количество нужной информации в долговременной памяти, не перегружая кратковременную и оперативную память, а также способствует правильному запоминанию и забыванию, которые связаны с быстрым и эффективным припоминанием.

В главе «Тактика подготовки к экзаменам» описываются: три основные стадии подготовки к экзаменам; ежедневная самостоятельная работа и планы самостоятельной работы на период сессии и на экзаменационный день; психологический тренинг в день экзамена для приобретения уверенности в успехе.

ОВЛАДЕНИЕ ЧТЕНИЕМ НА АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ В ПРОЦЕССЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Евсина Е.В.

*Филиал Российского Университета Дружбы
Народов в г. Перми,
Пермь, Россия*

Самостоятельное освоение иностранного языка является актуальной проблемой особенно для студентов заочного и дистанционного обучения.

Для её решения студенту необходимы знания психологии, методики изучения языкового материала и организации самостоятельной работы.

Данное учебное пособие нацелено на повышение эффективности овладения чтением (обучающим и информативным) на иностранном языке в процессе самостоятельной работы и в этом аспекте в определенной степени восполняет недостаток в соответствующей методической литературе.

Учебное пособие имеет теоретико-практический характер и состоит из *трёх модулей*.

В первом модуле учебного пособия представлен необходимый минимум знаний по психологии, лингводидактике (теории обучения языку) и языкознанию. Здесь же представлены практические рекомендации по организации самостоятельной работы. Эти знания дадут возможность студенту, во-первых, сознательно и целенаправленно организовать свою самостоятельную работу по овладению иностранным языком, во-вторых, будут способствовать пониманию того, что практическое овладение иностранным языком – не только самоцель, но и путь развития речемыслительных способностей.

Второй модуль учебного пособия представлен учебными текстами для обучающего чтения и последующего перевода.

Автор придерживается сознательного подхода к изучению языка. При таком подходе язык рассматривается студентом как система, состоящая из единиц языка разного уровня и правил их построения. Текст выполняет в этом модуле двойную функцию: с одной стороны он стандартный, т. е. обычный, с которым приходится сталкиваться при чтении учебной литературы, с другой стороны – это ценный учебный материал, на основе которого анализируются основные лексические и грамматические явления современного английского языка. Обобщающие сведения лексико-грамматического характера даются в виде правил и инструкций с использованием наглядных схем и пояснений на родном языке. Упражнения в этом модуле пособия направлены на усвоение лексических единиц и грамматических структур и узнавание их в учебном тексте. Этот модуль даёт возможность студенту восстановить базовые знания по грамматике английского языка, полученные ранее, пополнить их и привести в систему.

Третий модуль учебного пособия нацелен на переход к беспереводному чтению и пониманию текста, и содержит тексты по страноведению и юриспруденции. Здесь на основе выполнения разнообразных тестовых заданий развиваются и закрепляются умения и навыки: ориентирования в логико-смысловой структуре текста; извлечения и использования материала текста для восприятия общего смысла, выделения основной

мысли, нахождения определённой информации, понимания последовательности аргументации и т.д. Это создает предпосылки для свободного чтения и понимания любого английского текста и текста по специальности.

Учебное пособие рекомендуется для студентов очного, заочного и дистанционного обучения юридической специальности, но также будет полезно всем желающим восстановить базовые знания по грамматике английского языка, полученные ранее, пополнить их, привести в систему и на основе этого научиться читать, осмысливать и переводить текст.

ОБОСНОВАНИЕ МОДЕЛИ ТРЕНИРОВКИ ДЗЮДОИСТОВ НА ЭТАПЕ МАКСИМАЛЬНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Еганов А.В.

*Федеральное государственное образовательное
учреждение высшего профессионального
образования «Уральский государственный
университет физической культуры» (УралГУФК),
Челябинск, Россия*

В многолетней системе подготовки спортсменов этап максимальной реализации индивидуальных возможностей включает спортсменов-юниоров 18-19 лет и старше 19 лет – группу взрослых. Однако в настоящее время недостаточно раскрыто теоретическое и экспериментальное обоснование модели тренировки дзюдоистов на данном этапе. Обоснование модели тренировки на современном этапе можно получить на основе теоретического и экспериментального изучения основных направлений и тенденций развития системы подготовки дзюдоистов, многолетних специальных исследований. В связи с этим в монографическом исследовании даны основные направления совершенствования современной системы подготовки дзюдоистов.

Результаты специальных исследований многолетнего становления спортивного мастерства показали, что оно формируется в связи с определенными закономерностями, которые необходимо учитывать в тренировочном процессе. Например, в юношеском возрасте у дзюдоистов наибольший вклад в спортивный результат вносят характеристики атаки и защиты в положении борьбы лёжа при относительно меньшем вкладе показателей атаки и защиты в борьбе стоя. По мере роста квалификации увеличивается доля вклада надёжности защиты в положении борьбы стоя при абсолютно высоком её уровне в положении лёжа. В целом же отмечается тенденция к снижению вклада характеристик атаки в борьбе лёжа. Заметно