(cc) BY

Митрофанова Айгуль Айдаровна
студентка
Ибрагимова Инна Рафиковна
студентка
Титова Екатерина Евгеньевна
студентка
ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский)
федеральный университет»
г. Казань, Республика Татарстан

РАЗВИТИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЕНИЯ МЕТОДИК ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация*: будучи вчерашними школьниками, студенты не подготовлены к практическому формату обучения по специальным дисциплинам, по которым они сдают демонстрационный экзамен и принимают участие в чемпионатах профессионального мастера. Как отмечают авторы, данный проект необходим для того, чтобы студенты путем практических занятий выработали в себе психофизиологическую стрессоустойчивость, которую они смогут применить во время демонстрационных экзаменов и чемпионатов.*

Ключевые слова*: демонстрационный экзамен, чемпионат профессионального мастерства, стрессоустойчивость, мастер-класс, психологические тренинги.*

Научить студентов применять на практике знания о том, как справляться с кратковременным стрессом и его психофизиологическими проявлениями в период демонстрационных экзаменов и чемпионатов профессионального мастерства:

– организовать и провести не менее 12 мастер-классов по заданиям демонстрационного экзамена, с приглашением специалистом;

– организовать психолого-педагогическое сопровождение студентов со стороны преподавателя;

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– организовать поэтапную работу студента по выполнению модулей конкурсного задания, для доведения действий до автоматизма;

– организовать психологические тренинги, с приглашением психолога для того чтобы научить студентов справляться с волнением и переживаниями во время экстренных ситуаций.

В результате занятий студенты должны научиться психологической устойчивости к стрессовым ситуациям и, как итог, успешно сдавать экзамены и выступать на чемпионатах профессионального мастерства.

Студенты, которые будучи вчерашними школьниками, не подготовлены к практическому формату обучения специальных дисциплин, по которым они сдают демонстрационный экзамен и принимают участие в чемпионатах профессионального мастерства, именно для этого путем практических занятий необходимо выработать в себе психофизиологическую стрессоустойчивость, которую они смогут применить во время демонстрационных экзаменов и чемпионатах профессионального мастерства.

Стратегической целью любого современного, шагающего в ногу со временем учебного заведения является создание условий для формирования специалиста нового типа:

– компететного;

– эффективно участвующего в общественной жизни;

– способного адаптироваться к изменениям в проффесиональной и окружающей среде.

В свою очередь целью преподавателя является научить студентов применять на практике знания о том, как справляться с кратковременным стрессом и его психофизиологическими проявлениями в период демонстрационных экзаменов. Именно для получения положительного результата в достижение цели учебного заведения и цели преподавателя необходимо работать в нужном направлении и правильно с помощью тренингов, отработок, учебной литературы и вспомогательных пособий начать работу в реализации запланированной работы.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Актуальность темы очень востребована, так как наблюдая за теми трансформациями в образовании, которые меняют стандарты и формы обучения, студентам все тяжелее становится учится и воспринимать обучение без стрессов.

Сейчас с появлением специальностей ТОП 50, вводятся обязательные демонстрационные экзамены. Во время работы на площадке происходит различные внештатные ситуации, которые приводят к грубым нарушениям на площадке, и мешает работе участников. В результате это приводит к трудностям определённого характера, и они естественны для проблем различного уровня, именно с помощью новых методик подготовки к экзаменам и происходит тренировка психофизиологической стрессоустойчивости и к улучшению работы на площадке демонстрационного экзамена и чемпионата профессионального мастерства.

Работа во время подготовки устремлена на формирование инициативного, инновационного, то есть творческого мышления, на формирование у студентов способности к самостоятельной работе, самоорганизации и самоконтролю, способности находить и решать проблемы, хотя они не являются исчерпывающими образовательными задачами.

При подготовке студентов могут возникнуть различные риски, к числу этих рисков преподаватели относят и целый ряд взаимосвязанных изменений в современной социальной жизни, что не мало важно и переплетено с работой не только педагогов, но и студентов.

Для чего же нужна работа над кратковременным стрессом и его психофизиологическими проявлениями характера? Попытаемся рассмотреть факторы, влияющие на будущую работу, профессионализм студентов и к чему все-таки приведут тренировки:

– тренировки должным образом помогают студентам и будущим специалистам, подготовится не только к демонстрационным экзаменам и чемпионатам профессионального мастерства, но и помогает к подготовке к будущему трудоустройству;

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– тренировка стрессоустойчивости ведет к конкурентоспособности на рынке труда;

– тренировки позволяют выявить новые тенденции, приемы и методы выходы из сложных ситуаций, связанных с возрастающей неуверенностью при работе за рабочими местами и возникновению ошибок;

Развитие стрессоустойчивости студентов. Работая в образовательном учреждение, побывав на различных конкурсных площадках и демонстрационных экзаменах, наблюдая, как работают студенты различного уровня обучения и практики, приходишь к выводу, что студенты абсолютно не готовы к работе и не владеют ситуацией, в то время, когда производится работа и идет подготовка к демонстрационных экзаменам и чемпионатам профессионального мастерства. Много различных работ по подготовки студентов к повышению своего уровня, но за данную тему еще мало кто брался пытался ее развить. Также плюсом этой подготовке является то, что этот курс можно будет применять и для подготовки к повышению кадров любой профессии, в любой области трудовой деятельности.

Шаг за шагом нужно идти к намеченной цели, преодолевая различные трудности, которые могут возникнуть во время подготовки. И для этого нужны психологические тренинги, которые будет проводить психолог. Потому что с помощью работы психолога можно добиться наилучшего результата.

1. Организовать поэтапную отработку конкурсных заданий и доведения их до автоматизма. Для полной работы над ситуацией с конкурсным заданием нужно поэтапно распланировать каждое действие во время работы на площадке, от начала до конца прописать каждый этап, в каждом этапе, каждый шаг. Это действие поможет собраться студенту, если он вдруг отвлечется от работы при возникновении внештатной ситуации. В любом случае эти записи дают уверенность в ходе работы.

2. Организовать психолого-педагогическое сопровождение студентов мастером производственного обучения. На этом этапе подготовки следует подключиться мне, как тренеру-наставнику. Работая внутри всей подготовки, после

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

мастера-класса, который проводит специалист в той области, в которой будет использоваться данный курс подготовки, и, также после проведения с приглашенным психологом тренингов у студентов остается много вопросов, которые у них возникают в процессе работы или созревают после этих занятий. И именно тренер-наставник помогает им в этом разобраться.

Для продуктивной работы во время реализации проекта нужно пройти 3 этапа:

1 этап. Подготовительный:

1. Ознакомление с конкурсным заданием на демонстрационный экзамен и на чемпионат профессионального мастерства.

2. Планирование каждого этапа работы по модулям конкурсного задания.

3. Согласование с руководством учебного заведения о приглашение специалиста для проведения мастер-класса.

4. Согласовать с руководством учебного заведения о приглашении психолога для тренингов.

2 этап. Основной:

1. Провести не менее 12 мастер-классов.

2. Подвести итоги работы со специалистами. Организовать студентам самостоятельную проработку конкурсных заданий и при необходимости скорректировать работу.

3. По итогам проработок студентов, распланировать работу психолога.

3 этап. Заключительный:

1. После работы со специалистами и психологом провести со студентами беседу, и узнать какие вопросы у них возникли, решить их.

2. Произвести анализ всей проделанной работы с помощью контрольных срезов.

3. Сдача демонстрационного экзамена и участие в чемпионате профессионального мастерства.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Под итогом всей проведенной работы и после проведения всех работ, мы можем выявить критерии успеха проекта:

– уверенная работа участника конкурса во время мастер-классов и точное выполнение заданий специалиста;

– самостоятельная и уверенная работа на всех этапах подготовки, в стрессовых ситуациях и правильный выход их них;

– высокий балл в чемпионатах различного уровня и демонстрационных экзаменах;

– получение положительного результата по стрессоустойчивости при тестировании.

Главным результатом является победа на Чемпионате профессионального мастерства и получение хорошей оценке на демонстрационном экзамене.

Список литературы

1. Сборник рецептур блюд зарубежной кухни / Под ред. проф. А.Т. Васюковой. – М.: Дашков и Ко, 2008.

2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под ред. Ф.Л. Марчука. – Хлебпродинформ, 1996.

3. Анфимова Н.А. Кулинария / Н.А. Анфимова, Л.Л. Татарская. – М.: Академия, 1999.

4. Золин В.П. Технологическое оборудование предприятий общественного питания. – М.: Академия, 2013.

5. Титюнник А.И. Советская национальная и зарубежная кухня / А.И. Титюнник, Ю.М. Новожелов. –Высшая школа, 1977.

6. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Феникс, 2006.

7. Маклаков А.Г. Общая психология. – Питер, 2008.

8. Вачков И. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – Ось-89, 2000.

9. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://worldskills.ru/assets/docs//WSR_OD04_Kodeks_ehtiki_v1.0_RU.pdf

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)