

Разработка приложения «Snake» требует понимания архитектуры приложений. Студенты могут изучать и применять различные принципы проектирования, такие как разделение ответственности, модульность и повторное использование кода. Они также смогут понять, как различные компоненты приложения, например, игровое поле, змейка, пицца взаимодействуют друг с другом.

Разработка игрового приложения может помочь студентам развить навыки отладки и устранения ошибок. В процессе разработки студенты обязательно столкнутся с различными проблемами и ошибками, и это даст им возможность научиться эффективно находить и исправлять эти ошибки. Этот важный навык пригодится им при разработке любого программного обеспечения.

Литература

1. Android. Программирование для профессионалов / Б. Филлипс [и др.]. – СПб.: Питер, 2021. – 704 с.

2. Аделекан, И. Kotlin: программирование на примерах / И. Аделекан. – СПб.: БХВ-Петербург, 2020. – 432 с.

УДК 159.98:159.923.3:464.624.6-057.875

Ю. А. Березоўская, Р. У. Серыкаў

г. Гомель, ГДУ імя Ф. Скарыны

ДЫЯГНОСТЫКА І ПРАФІЛАКТЫКА ТРЫВОЖНАСЦІ Ў СТУДЭНТАЎ У ПЕРЫЯД ЭКЗАМЕНАЦЫЙНАЙ СЕСІІ

Планавы маніторынг псіхалагічнага стану студэнтаў-першакурснікаў праводзіцца штогод, недзе ў кастрычніку, псіхолагамі-педагагамі нашага ўніверсітэта з мэтай свочасовага прадухілення непажаданых настройў і дзеянняў (у тым ліку і суіцыдальнага характару), якія становяцца вынікам рознага роду залежнасцей і негатыўнага стаўлення да жыцця. Акрамя таго, звяртаецца ўвага на праяўленні сярод моладзі ў перыяд сесіі трывожнасці і распрацоўваюцца спосабы яе прадухілення.

Палявым матэрыялам для дадзенага даследавання з'явіліся вынікі анкетавання студэнтаў-завочнікаў 2-3 курсаў факультэта замежных моў напярэдадні зімовай сесіі 2022-2023 навучальнага года з дапамогай шкалы трывожнасці Ч. Д. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна.

На сёння праблеме трывожнасці прысвечана нямала прац у вобласці фізіялогіі, псіхалогіі, псіхафізіялогіі айчынных і замежных даследчыкаў [1–4], але адзінай канцэпцыі трывожнасці дасюль не існуе, хаця трывожнасць як устойлівая рыса характару асобы можа праяўляцца не толькі як асобасная характарыстыка чалавека, але і як сітуацыйная з'ява, дзякуючы чаму выдзяляюць вучэбную, самаацэначную, міжасобасную, мабілізууючую і рэлаксацыйную трывожнасць.

Згодна «Слоўніку псіхалага-практыка» С.Ю. Галавіна, «трывожнасць (гатоўнасць да страху) – стан мэтазгоднага павышэння сэнсарнай увагі і маторнага напружання ў сітуацыі магчымай небяспекі, які забяспечвае адпаведную рэакцыю на страх. <...> У цэлым трывожнасць – суб'ектыўнае праяўленне недабрабыту асобы» [5, с. 863]. Прычынамі трывожнасці ў студэнтаў у перыяд экзаменацыйнай сесіі можна назваць няўпэўненасць у сваіх ведах, негатоўнасць працаваць з вялікай колькасцю інфармацыі, агульнасацыяльныя і ўнутрысямейныя цяжкасці, непаразуменні з аднакурснікамі і г.д. Да відавочных праяўленняў трывожнасці можна аднесці знешнюю напружанасць чалавека, скаванасць, праяўленне непакою, збянтэжанасць, плаксінасць, дрыжанне голасу, павышанае потаадзяленне і інш.

З мэтай вывучэння трывожнасці ў студэнтаў напярэдадні зімовай сесіі было праведзена эмпірычнае даследаванне, якое закранула 60 студэнтаў-завочнікаў ва ўзросце ад 23 да 35 гадоў. Метады даследавання – тэсціраванне і суб'яседванне. Для ацэнкі ўзроўню трывожнасці была выкарыстана метадыка Ч.Д. Спілбергера (у адаптацыі Ю.Л. Ханіна) «Шкала сітуацыйнай (рэактыўнай) трывожнасці». Дадзены тэст уключаў у сябе 40 пытанняў. Метадыка дала ўяўленне аб узроўні трывожнасці чалавека як у дадзены момант (сітуацыйная трывожнасць), так і аб трывожнасці як устойлівай характарыстыцы чалавека (асобаснай трывожнасці).

Для далейшага ўдакладнення вынікаў тэсціравання быў выкарыстаны метады суб'яседавання, на якім са студэнтамі абмяркоўваўся іх псіхалагічны стан у перыяд сесіі і непасрэдна перад экзаменамі, выяўляліся прычыны трывожнасці.

Такім чынам, эксперымент прадугледжваў тры этапы правядзення даследавання: 1) дыягностыка трывожнасці перад пачаткам сесіі; 2) дыягностыка трывожнасці перад экзаменам; 3) складанне рэкамендацый на аснове правядзення параўнальнага аналізу вынікаў першых двух этапаў.

На першым этапе ў выніку дыягностыкі трывожнасці ў студэнтаў да пачатку сесіі выяўлена нізкая *сітуацыйная* трывожнасць на ўзроўні 94%, умераная – 3% і высокая 3%, што сведчыць пра тое, што большасць рэспандэнтаў адэкватна ўспрымае сітуацыю, спакойна рэагуе на аб'ектыўны факт сесіі, якая не выклікае негатыўных эмоцый.

Высокая *асобасная* трывожнасць да пачатку сесіі выяўлена ў 89% даследуемых, што павінна выклікаць непакой у педагога, бо яна адлюстроўвае схільнасць успрымаць практычна ўсе жыццёвыя сітуацыі як пагрозу. Атрымліваецца, што чалавек знаходзіцца ў стане недаверу да акаляючага свету, перажывае страх і трывогу, любы падзеі загадзя ўспрымае як негатыў. Пры гэтым умераная асобасная трывожнасць назіраецца ў 9% апытаных, а нізкая – у 1%.

У ходзе суб'яседавання выявіліся наступныя характэрныя прычыны для большасці студэнтаў, звязаныя з высокай асобаснай трывожнасцю:

- узаемаадносінны з бацькамі і дзецьмі;
- сямейныя канфлікты;
- міжасобасныя ўзаемаадносінны ў групе;
- праблемы неўладкаванасці быту;
- цяжкасці ў сумяшчэнні вучобы і працы;
- пропускі заняткаў па розных прычынах.

На другім этапе даследавання была праведзена дыягностыка ў студэнтаў перад экзаменам. *Сітуацыйная* трывожнасць аказалася нізкай у 87% даследуемых, што тлумачыцца падрыхтоўкай да экзаменаў і больш-менш нармальным экзаменацыйным балам. Умераная трывожнасць зафіксавана ў 13% рэспандэнтаў. Таксама ў выніку суб'яседавання высветлілася, што ў 91% (55 чалавек з 60) ёсць сярэдняя спецыяльная адукацыя або вопыт навучання ў іншых УВА, што дало свае станоўчыя вынікі.

Як і шэраг даследчыкаў названай тэмы, мы прапануем зрабіць наступныя захады для прафілактыкі трывожнасці студэнтаў і рэкамендаваць:

1. Размяркоўваць час і сумленна рыхтавацца да экзамена, прытрымліваючыся наступных рэкамендацый: вучыць прадмет уголас, рыхтавацца ў пары ці групе, імкнуцца не папраўляць памылку суб'яседніка, а даваць яму магчымасць паправіцца самастойна, сістэматызаваць матэрыял.

2. Выкарыстоўваць мнеманічныя прыёмы пры запамінанні новага матэрыялу: уносіць поўную яснасць і зразумеласць у тэрміналогію, структурыраваць інфармацыю, візуалізаваць прачытанае, ствараць неабходныя асацыяцыі, развіваць увагу і інтарэс да прадмета.

3. Перажыць сітуацыю экзамена загадзя: ва ўяўленні зрабіць крок у будучыню з новымі набытымі рэсурсамі ведаў, праіграць сітуацыю адказаў на пытанні.

4. Абмежаваць кантакты з негатыўна настроенымі аднакурснікамі, якія могуць непажадана паўплываць на нармальнае пазітыўнае светаадчуванне.

5. Надаваць значную ўвагу памяркоўным фізічным нагрузкам і прагулкам на свежым паветры.

6. Рабіць фізічныя практыкаванні і дыхальную гімнастыку. Нармальнае рытмічнае дыханне супакойвае, наладжвае станочы настрой, запабягае ўзнікненню стрэсу.

Такім чынам, па выніках праведзенага эмпірычнага даследавання выяўлены высокі ўзровень *асобаснай* трывожнасці і адносна ўмераны ўзровень *сітуацыйнай* трывожнасці ў перыяд экзаменацыйнай сесіі. На аснове атрыманых вынікаў распрацаваны рэкамендацыі па прафілактыцы трывожнага стану: своєчасовая і правільная арганізаваная падрыхтоўка да экзаменаў, пазітыўнае мысленне, асваенне разнастайных тэхнік дыхання, здаровы і актыўны лад жыцця, правільны рэжым сну і адпачынку, удзел у разнастайных групавых і індывідуальных трэнінгах.

Літаратура

1. Нехорошкова, А. Н. Проблема тревожности как сложного психофизиологического явления / А. Н. Нехорошкова, А. В. Грибанов, Ю. С. Джос // Экология человека. Ментальная экология. – 2014. – № 6. – С. 47–54.

2. Решетова, Т.Я. Представления о феномене тревожности личности в современной психологии / Т. Я. Решетова // Вестник Университета Российской академии образования. – 2011. – № 1. – С. 90–94.

3. Фрейд, З. Страх. Тревога и тревожность / З. Фрейд; под ред. В.М. Астапова. – СПб.: Питер, 2001. – 58 с.

4. Хорни, К. Тревога и тревожность. / К. Хорни; под ред. В. М. Астапова. – СПб.: Питер, 2001. – 180 с.

5. Словарь психолога-практика / Сост. С. Ю. Головин. 2-е изд., перераб. и доп. – Мн.: Харвест, 2003. – 976 с. (Библиотека практической психологии).

УДК 37.013.42

А. В. Блашкевич

г. Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ИДЕОЛОГИЧЕСКОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

В современном обществе сложно переоценить важность идеологической и воспитательной работы. В системе высшего образования идеологическая и воспитательная работа играет важнейшую роль в формировании гражданской позиции студентов, развитии их личности и навыков, а также к их подготовке к будущей профессиональной деятельности. В современных условиях социального, экономического и политического развития общества необходимо постоянно совершенствовать работу в воспитательной сфере, чтобы она отвечала современным требованиям и потребностям студентов и оставалась актуальной.

Условия эффективности идеологической и воспитательной работы:

1. Высокий уровень информированности педагогических работников, представителей государственных и общественных организаций, учащихся и студентов по основным вопросам государственной политики и идеологии.

2. Профессионализм и высокий уровень убежденности и пропагандистского мастерства, знания жизни, искренность лиц, осуществляющих или привлекаемых к идеологической работе.

3. Поддержка и максимальное содействие общественным объединениям и организациям.