

и методики для диагностики и развития когнитивного или творческого процесса и продуктивности деятельности человека.

В рамках общей концепции всестороннего развития целостной личности в семейном воспитании, положенной в основу структуры всего пособия, обосновывается ряд зависимых, углубляющих ее конкретные подходы к наиболее важным внутренним проблемам совершенствования разума. Эти частные положения, с которыми автор обращается к читателю являются неотъемлемой органической составляющей данного труда. Назовем некоторые из них:

1. Прилагайте «силу воли» ума.

2. Развивайте терпеливость и гибкость мышления, его способность идти к решению мыслительной задачи различными путями.

3. Обратите внимание на способность сосредотачиваться – это наиболее важная «мышца» Вашего ума. Поощряйте ее становиться крепче и пластичнее, периодически давая максимальную нагрузку и концентрируя свое внимание с полной отдачей.

4. Задачи – это полоса препятствий для интеллектуала. Они дают Вам возможность испытать свое мастерство и прямо подталкивают Вас к тому, чтобы быть всегда в форме. Ответьте на вызов!

5. Не останавливайтесь на первом же правильном решении. Возьмите себе за правило заглядывать чуть-чуть дальше и копать чуть-чуть глубже.

6. От того, насколько активно Вы участвуете в процессе принятия решений, зависит уровень Вашей интеллектуальной формы. Не жалейте времени на то, чтобы научиться правильно выбирать. Это повысит согласованность Ваших планов и эффективность Ваших действий.

7. Несите ответственность за состояние своего разума. В конце концов, если Вы сами не позаботитесь о своем интеллекте, то кто это за вас сделает?

Основные положения, заложенные в учебно-методическое пособие имеют своим назначением быть своеобразными опорными сигналами для саморазвития. Логическим завершением этого структурного построения является заключение, где подчеркивается, что комплекс заданий и рекомендаций, которым следовал читатель, могут быть средством, которое поможет совершенствовать разум. Но упражнения не должны стать самоцелью. При правильном и регулярном выполнении, они становятся искусством, «магнитом притяжения». Когда человек начинает мыслить подобным образом, то процесс саморазвития превратится в эстетическое наслаждение.

Особое внимание уделяется вопросам: Можно ли заставить свой ум работать действительно напряженно? Как научиться чему-нибудь новому? Какую пищу давать своему уму? Пере-

даются ли знания по наследству? Как концентрировать внимание? и предоставляет читателю возможность самому конструировать непосредственный процесс саморазвития, с учетом конкретных условий семьи, общеобразовательного учреждения, трудовой деятельности определять оптимальное сочетание методов, средств и форм совершенствования разума.

Пособие окажет определенную помощь родителям, учащимся средней школы, педагогических колледжей, студентов вузов и всех интересующихся вопросами практической психологии

Автор выражает глубокую и искреннюю благодарность всем лицам, принявшим заинтересованное участие в подготовке и изданию данного пособия.

КАК АКТИВИЗИРОВАТЬ СВОЙ РАЗУМ

(учебно-методическое пособие)

Давлетова А.А.

Университет Кайнар, Алматы,
e-mail: akmaral-da@mail.ru

В стремлении гордиться своими детьми, родители начинают усиленно искать различные методы и приемы активизации разума. Автором предложен комплекс тренинговых занятий с целью повышения уровней интеллекта, творческого мышления и мотивации школьников, студентов и трудового коллектива. Эта книга – продолжение учебно-методического пособия «Как совершенствовать свой разум».

Обобщается практический опыт применения заданий, которые способствуют повышению уровня самооценки, поднятию групповой сплоченности и помогут тренеру успешно закончить тренинг на «волне позитива». Отраднo, что каждая программа начинается с цитат выдающихся людей о путях активизации разума. Упражнения, предлагаемые в данном пособии, можно сравнить с рабочими инструментами строителя, писателя или скульптора, их можно применять как в группе, так и в индивидуальной работе. Использовать эти задания можно варьируя последовательность, добавляя объяснения, свои интерпретации. Обосновывается мысль о том, что тренинг – это всегда изменение, причем по содержанию – позитивное, расширяющее возможности человека, его совершенствование. Тренинг даёт возможность, изменив себя, изменить мир. Его участники выстраивают новые стратегии мышления и поведения, затем используют эти навыки автоматически, не задумываясь – это самая важная ценность тренингов. Такое взаимодействие прекрасно высвечивает проблемные зоны и моменты, когда речь идет о знаниях и умениях или о личностной сфере человека. Мы многое знаем, но очень часто эти знания не применяем, а наша жизнь долго не меняется к лучшему. В данном пособии автор дает

возможность посмотреть на ситуацию со стороны, разобраться и найти пути её решения.

Основное содержание книги составляют двадцать восемь простых и успешных программ активизации разума. Каждый тренинг реализуется в цикле упражнений, содержание которых раскрывается очень подробно: от определения целевых установок и заканчивая пошаговым раскрытием хода каждого занятия. В пособии ведется хронометраж заданий и упражнений, а наиболее тонкие моменты работы комментируются самими участниками. В процессе подготовки и проведения данных тренингов оказалось, что их может использовать педагог-психолог в работе со школьниками, родитель со своими детьми, и вообще, каждый человек, желающий активизировать свой разум.

Разрабатывая программу, например, с целью психологической подготовки к предметным олимпиадам для школьников, педагог – психолог может использовать тренинги из пособия, адаптируя их к условиям общеобразовательного учреждения.

Как известно, эффективность любого взаимодействия зависит не только от целей, принципов и запросов аудитории. В пособии приведен детальный анализ этапов проведения тренинга, например, активизации познавательных процессов слушателей, развитие творческого и как его основу – дивергентного мышления и формирование адекватной самооценки участников тренинга.

Раскрывается основная функция тренинга – развитие в самом широком смысле. Тренинг – это всегда изменение, причем по содержанию – позитивное, расширяющее возможности человека, его совершенствование.

Значительное внимание уделяется принципам работы тренинговой группы, где автор подчеркивает, что активность и самораскрытие во время выполнения заданий способствует осознанию и формулированию собственных личностно-значимых проблем. Предпринята попытка раскрыть основные правила проведения тренинга – во время обсуждения упражнений и заданий каждый участник должен, в первую очередь, подчеркивать положительные качества партнеров по группе, быть корректным при обсуждении недостатков.

Автор дает обобщенные рекомендации по работе над упражнениями. Нужно проанализировать эффективность тренинга, подумать о том, что можно изменить, усовершенствовать, определить, какие упражнения были наиболее эффективными и др.

Читатель найдет здесь массу полезной информации. Например, программа тренинга «Психологическая подготовка к сдаче Единому национальному тестированию (ЕНТ)», которую автор эффективно проводила с учащимися 11-х классов. Кроме того, полученные знания готовят слушателя не только к тестированию, но и подводят к решению различных проблем, возникающих в реальной жизни и учебной деятельности.

В пособии рассматриваются ключевые этапы интерактивных игр, что будет подспорьем всем, кто создает сам, трансформирует и использует существующие игры, ибо автор намеренно оставляет место для творчества. Внимательное изучение этой книги и личное участие в тренингах могут способствовать активизации разума человека.

Желаем Вам, дорогой читатель, продолжать полезное и увлекательное путешествие по «Стране разума»!

Технические науки

ПРИЛОЖЕНИЯ КРАТНЫХ И КРИВОЛИНЕЙНЫХ ИНТЕГРАЛОВ

(учебное пособие)

Гниломедов П.И.

Уральский государственный университет путей
сообщения (УрГУПС), Екатеринбург,
e-mail: gpivan@mail.ru

Учебное пособие «Приложения кратных и криволинейных интегралов» разработано и подготовлено к изданию на кафедре «Высшая и прикладная математика» Уральского государственного университета путей сообщения (УрГУПС) доцентом кафедры, канд. пед. наук Гниломедовым П.И. Изданию присвоен номер ISBN 978-5-94614-316-5, материал пособия ориентирован на обучение студентов технических специальностей и направлений подготовки по математике в соответствии с ФГОС ВПО (рис. 1).

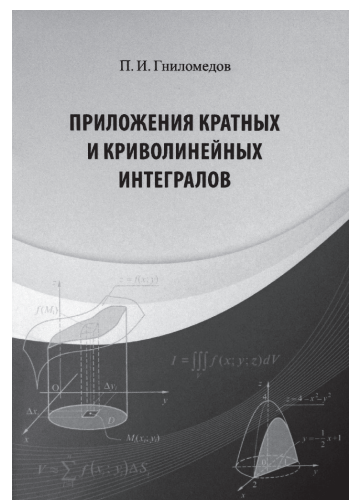


Рис. 1. Обложка издания