



Спецвыпуск

**НОВОВАРШАВСКИЙ ФИЛИАЛ
ОМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Уважаемые абитуриенты!
Многоуважаемые родители!

Открывая филиал Омского государственного педагогического университета в р.п. Нововаршавка, мы исходили из следующих принципов:

– **Доступность высшего образования** для молодых людей, проживающих в сельской местности. Как вы понимаете, это важное обстоятельство! Не надо ехать за тридевять земель – раз; это менее затратное дело для родителей. Проживание в городе значительно дороже – два; сохранение для детей привычной в основном среды обитания. Проживание в городе несёт с собой не только положительные факторы, но и отрицательные, осо-

дисциплины в филиалах – это раз. Во-вторых, нам удалось создать в Нововаршавском филиале с помощью власти хорошую материальную базу (компьютерные классы, оргтехника не хуже, чем в головном вузе). В-третьих, филиал поддерживается авторитетом университета как одного из крупнейших вузов в Омском регионе. В России ОмГПУ является признанным лидером в педагогическом образовании: у нас широкий спектр специальностей – 38 (на 34 специальности ведём набор), в том числе и непедagogических, 7 направлений. В университете представлены все уровни образования: довузовский, затем вузовский и поствузовский (повышение квалификации и переподготовки кадров,

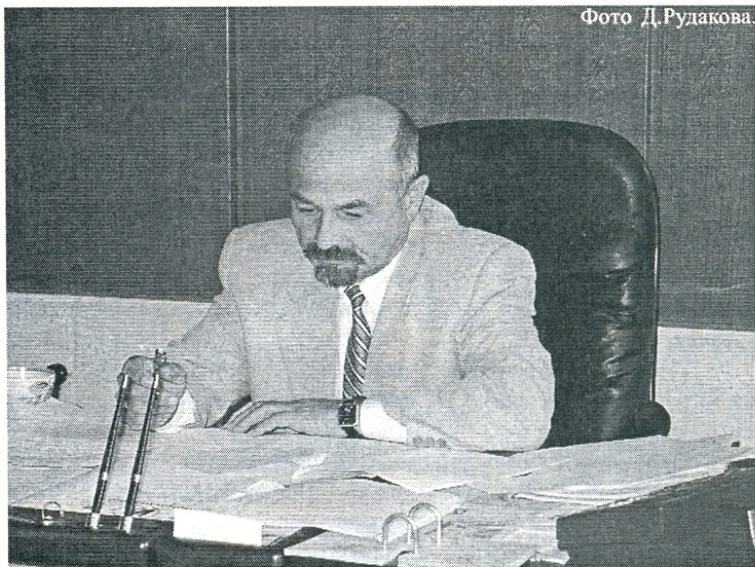


Фото Д.Рудакова.

ных программ, неоднократно выигрывал гранты в области педагогики, философии, истории, физики, математики и ряда других наук. В частности, выигрывали несколько раз гранты от Министерства образования по повышению квалификации и переподготовке кадров. Мы ежегодно повышаем квалификацию учителей из Средней Азии и Казахстана из русскоязычных школ. Для обучения в аспирантуре к нам едут со всех уголков нашей необъятной Сибири, защищают диссертации из Сибири и Казахстана, учатся студенты из других регионов.

Студенты филиала будут часто бывать и работать в лабораториях и библиотеке ОмГПУ.

– **Возможности выбора траектории своего образования студентом.** На входе в филиал абитуриент выбирает одно из трёх направлений: сдаёт вступительные экзамены и по конкурсу занимает бюджетное место. После окончания двух курсов может продолжить образование в одном из че-

тырёх вузов: Омском государственном техническом университете; Омском государственном педагогическом университете; Омском государственном аграрном университете; Омском государственном университете физической культуры на очном или заочном отделении. Это будущее.

Уважаемые родители и абитуриенты – выпускники школ южных районов Омской области!

Я не буду рассказывать о требованиях при поступлении в Нововаршавский филиал, Едином государственном экзамене. Об этом достаточно подробно рассказал директор филиала Степан Геннадьевич Чухин. Желаю вам успешной сдачи экзаменов и поступления в один из старейших вузов нашего города – Омский государственный педагогический университет.

К.А.ЧУРКИН.

ректор ОмГПУ, профессор.



Фото Г.Снопкова.

бенно в возрасте 17–18 лет – три.

– **Качество высшего образования.** Последнее достигается качеством профессорско-преподавательского состава в целом университета, так как наши преподаватели будут (и уже ведут) основные

аспирантура – 30 специальностей, докторантура – 6 специальностей, имеются кандидатские и докторские советы – 4 докторских и 2 кандидатских совета). Омский государственный педагогический университет – участник многих науч-





ИЗ ЗАКОНА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ "ОБ ОБРАЗОВАНИИ"

в редакции Федерального закона от 13 января 1996 г. № 12-ФЗ

Статья 5. Государственные гарантии прав граждан Российской Федерации в области образования

1. Гражданам Российской Федерации гарантируется возможность получения образования независимо от пола, расы, национальности, языка, происхождения, места жительства, отношения к религии, убеждений, принадлежности к общественным организациям (объединениям), возраста, состояния здоровья, социального, имущественного и должностного положения, наличия судимости.

Ограничения прав граждан на профессиональное образование по признакам пола, возраста, состояния здоровья, наличия судимости могут быть установлены только законом.

2. Государство обеспечивает гражданам право на образование путём создания системы образования и соответствующих социально-экономических условий для получения образования.

3. Государство гарантирует гражданам общедоступность и бесплатность начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования и начального профессионального образования, а также на конкурсной основе бесплатность среднего профессионального, высшего профессионального и послевузовского профессионального образования в государственных и муниципальных образовательных учреждениях в пределах государственных образовательных стандартов, если образование данного уровня гражданин получает впервые.

<...>

5. В целях реализации права на образование граждан, нуждающихся в социальной помощи, государство полностью или частично несёт расходы на их содержание в период получения ими образования. Категории граждан, которым оказывается данная помощь, её формы, размеры и источники устанавливаются Федеральным законом.

6. Государство создаёт гражданам с отклонениями в развитии условия для получения ими образования, коррекции нарушений развития и социальной адаптации на основе специальных педагогических подходов.

7. Государство оказывает содействие в получении образования гражданами, проявившими выдающиеся способности, в том числе посредством предоставления им специальных государственных стипендий, включая стипендии для обучения за рубежом. Критерии и порядок предоставления таких стипендий устанавливаются Правительством Российской Федерации.

<...>

Статья 16. Общие требования к приёму граждан в образовательные учреждения

<...>

2. При приёме гражданина в образовательное учреждение последнее обязано ознакомить его и (или) его родителей (законных представи-

телей) с уставом образовательного учреждения и другими документами, регламентирующими организацию образовательного процесса.

3. Приём граждан в государственные и муниципальные образовательные учреждения для получения среднего профессионального, высшего профессионального и послевузовского профессионального образования производится на конкурсной основе по заявлениям граждан. Условия конкурса должны гарантировать соблюдение прав граждан на образование и обеспечивать зачисление наиболее способных и подготовленных граждан к освоению образовательной программы соответствующего уровня. Вне конкурса при условии успешной сдачи вступительных экзаменов в государственные и муниципальные образовательные учреждения среднего профессионального и высшего профессионального образования принимаются дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, а также инвалиды I и II групп, которым согласно заключению врачебно-трудовой комиссии не противопоказано обучение в соответствующих образовательных учреждениях.

<...>

Статья 23. Среднее профессиональное образование

1. Среднее профессиональное образование имеет целью подготовку специалистов среднего звена, удовлетворение потребностей личности в углублении и расширении образования на базе основного общего, среднего (полного) общего или начального профессионального образования.

2. Граждане, имеющие среднее (полное) общее или начальное профессиональное образование соответствующего профиля, получают среднее профессиональное образование по сокращённому ускоренным программам.

3. Среднее профессиональное образование может быть получено в образовательных учреждениях среднего профессионального образования (средних специальных учебных заведениях) или на первой ступени образовательных учреждений высшего профессионального образования.

4. Образовательное учреждение среднего профессионального образования может реализовывать образовательные программы начального профессионального образования при наличии соответствующей лицензии.

Статья 24. Высшее профессиональное образование

<...>

4. Лица, имеющие среднее профессиональное образование соответствующего профиля, могут получать высшее профессиональное образование по сокращённому ускоренным программам.

<...>

Статья 27. Документы об образовании

1. Образовательное учреждение в соответ-

ствии с лицензией выдаёт лицам, прошедшим итоговую аттестацию, документы о соответствующем образовании и (или) квалификации в соответствии с лицензией. Форма документов определяется самим образовательным учреждением. Указанные документы заверяются печатью образовательного учреждения.

2. Образовательные учреждения, имеющие государственную аккредитацию и реализующие общеобразовательные (за исключением дошкольных) и профессиональные образовательные программы, выдают лицам, прошедшим итоговую аттестацию, документы государственного образца об уровне образования и (или) квалификации.

<...>

4. Документ государственного образца соответствующем уровне образования является необходимым условием для продолжения обучения в государственном или муниципальном образовательном учреждении последующего уровня образования, если иное не предусмотрено уставом соответствующего образовательного учреждения.

Указанные в документах о начальном профессиональном, среднем профессиональном, высшем профессиональном образовании квалификации и в документах о послевузовском профессиональном образовании учёные степени дают право их обладателям заниматься профессиональной деятельностью, в том числе занимать должности, для которых в установленном порядке определены обязательные квалификационные требования к соответствующему образовательному цензу.

5. В Российской Федерации устанавливаются следующие образовательные уровни (образовательные цензы):

1. основное общее образование;
2. среднее (полное) общее образование;
3. начальное профессиональное образование;
4. среднее профессиональное образование;
5. высшее профессиональное образование;
6. послевузовское профессиональное образование.

Лицам, не завершившим образование данного уровня, выдаётся справка установленного образца.

<...>

Статья 50. Права и социальная защита обучающихся, воспитанников

<...>

7. <...>

Граждане Российской Федерации вправе в установленном порядке неоднократно получать бесплатное профессиональное образование по направлению государственной службы занятости в случае потери возможности работать по профессии, специальности, в случае профессионального заболевания и (или) инвалидности, в иных случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации.



КАК ВЫБРАТЬ ВУЗ?

Нелегко бывает выбрать свою будущую профессию. Справиться с трудностями, возникающими при принятии решения, вам помогут статьи в специализированных изданиях, рассказывающие о той или иной профессии и о требованиях, которые она предъявляет человеку, советы родственников и, конечно же, квалифицированная помощь школьного психолога или профконсультанта. Последний окажет вам комплексную поддержку: ответит на интересующие вас вопросы по этой теме, проведёт ряд тестов, определяющих ваши склонности и способности, попытается устранить разногласия (если таковые есть) между вашими представлениями о своём профессиональном будущем и взглядами на этот вопрос родителей.

После того как решение о вашей будущей специальности будет принято, перед вами возникнет второй вопрос: какой вуз предпочесть для её получения?

Время, когда по конкретной специальности студентов готовили один-два столичных вуза (например, юристов), кануло в прошлое. Сегодня спектр высших учебных заведений значительно расширился — в основном за счёт появления негосударственных институтов. Однако увеличение их количества зачастую не только не облегчает абитуриенту выбор, но, наоборот, усложняет его. Сориентироваться в многообразии вузов, форм обучения, предлагаемых программ трудно не только старшеклассникам и их родителям, но даже специалистам (педагогам, профконсультантам). К этим проблемам необходимо прибавить ежегодно меняющиеся условия приёма.

Чтобы разобраться в тонкостях выбора вуза и поступления в него, нужно учитывать ряд факторов. Наиболее существенными из них, на мой взгляд, являются наличие в институте талантливого преподавательского состава, высокое качество обучения, техническое оснащение и др. К сожалению, зачастую ребята не обращают внимание на важные обстоятельства, например, на близость института к месту жительства. Хорошо, когда учебное заведение находится рядом с домом: вы будете меньше времени тратить на дорогу, а следовательно, его больше останется для самостоятельных занятий

(чтения литературы, подготовки к семинарам, для написания рефератов и других контрольных работ).

Сегодня разрешается подавать документы сразу в несколько вузов. Для вас это несомненно выгодно: вероятность поступить в один из двух-

журфак), не отчаивайтесь, постарайтесь найти альтернативу — институт, где подобное условие приёма отсутствует.

На что ещё, кроме вступительных экзаменов, следует обратить внимание при выборе вуза?



Фото В. Мальцева

Студенты первого набора Нововаршавского филиала ОмГПУ.

трёх вузов увеличивается. Однако необходимо учитывать то, что подготовка к поступлению в несколько учебных заведений займёт гораздо больше времени и сил, чем в одно. К тому же следует принять во внимание, что вступительные экзамены на одну и ту же специальность в разных вузах могут отличаться. Поэтому в смысле эффективности подготовки разумнее выбирать те вузы, где набор экзаменов приблизительно одинаков. При этом не забывайте, что шансы поступить находятся в прямой зависимости от количества и качества ваших знаний.

Хотелось бы обратить ваше внимание на предварительный творческий конкурс, существующий во многих вузах. Это касается таких специальностей, как журналистика, литературное и художественное творчество, режиссёрское и операторское мастерство, дизайн, архитектура и т.п. Суть конкурса состоит в том, что для допуска к экзаменам вам следует предоставить свои работы (статьи, рисунки, фотографии, художественные переводы и т.п.), которые должны быть положительно оценены комиссией. Если вы оказались к нему не готовы (например, у вас нет печатных работ для поступления на

Если вы иногородний — узнайте, есть ли при учебном заведении общежитие и каковы условия проживания в нём.

Для тех, кто собирается продолжить обучение на вечернем или заочном отделении, особо актуальное значение будет иметь наличие в вузе хорошо укомплектованной библиотеки. Если её нет, будьте готовы к тому, что большинство книг и учебников придётся покупать за свой счёт.

Для ребят одним из условий выбора может стать наличие военной кафедры (в ОмГПУ — отсрочка от армии).

Сегодня многие институты предлагают обучение по таким престижным и интересным специальностям, как реклама, режиссура телевидения и т.п. Хорошая техническая база — одно из главных условий для успешного овладения данными профессиями. К сожалению, у многих таких высших учебных заведений она просто отсутствует. Если вы хотите стать режиссёром, оператором — убедитесь, что в институте есть достаточное количество видеокамер, монтажная аппаратура, а для специалистов по рекламе нужна фо-

толаборатория и т.д.

Какой вуз предпочесть: государственный или негосударственный?

Во многом это зависит от материального положения вашей семьи. В государственном вузе есть возможность поступить на бюджетное отделение. К сожалению, объявления типа «Негосударственный вуз проводит набор для бесплатного обучения по следующим специальностям...» в большинстве случаев не соответствуют действительности, а являются рекламным трюком.

Кроме того, диплом государственного вуза больше ценится сегодняшними работодателями. Возможно, это связано с действующим у многих в сознании стереотипом, что «за деньги можно не учиться». Возможно, с тем, что многие негосударственные вузы возникли не так давно и ещё не успели, что называется, «обкатать» свою программу. Поэтому, несмотря на то, что некоторые коммерческие высшие учебные заведения предлагают действительно высококлассное образование, на рынке труда продолжает существовать определённая дискриминация их выпускников.

Однако углублённое изучение во многих негосударственных институтах нескольких иностранных языков и компьютера может с лихвой компенсировать упомянутый недостаток, так как эти знания являются сегодня несомненным преимуществом при поиске работы.

Если вы решили остановиться на коммерческом высшем учебном заведении, не забудьте убедиться в наличии у него государственной аттестации и аккредитации; посмотрите, кто его учредитель — хорошо, если это солидная общественная организация. Обратите внимание на год основания вуза: чем раньше он создан, тем лучше.

Надеюсь, данная статья поможет сделать вам верный выбор. Даже если вы уже знаете, в какой вуз будете поступать, не торопитесь — подумайте ещё раз, тщательно взвесьте все «за» и «против». Ведь от решения, которое вы примете, зависит ваша дальнейшая жизнь...

По материалам
СЕТИ ИНТЕРНЕТ.
www.edunews.ru



НОВОВАРШАВСКИЙ ФИЛИАЛ ОмГПУ – НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ в получении образования на селе

Конституцией Российской Федерации гражданам России гарантируются общедоступность и бесплатность дошкольного, основного общего и среднего профессионального образования в государственных или муниципальных образовательных учреждениях и на предприятиях. Кроме того, каждый вправе на конкурсной основе бесплатно получить высшее образование в государственном или муниципальном образовательном учреждении и на предприятии.

Однако реализация этого права гражданином может быть проблематичной по ряду причин (если он не может тратить на обучение полный рабочий день или регулярно посещать занятия вследствие удалённости вуза; работы, занимающей много времени; инвалидности и т.д.). Выход из сложившейся ситуации возможен через использование учебными заведениями технологий дистанционного обучения в рамках создания Российской системы открытого образования.

На современном этапе развития общества дистанционное обучение находится уже не просто в стадии разработки, а является во многих случаях реально действующей системой. Технологии дистанционного обучения активно внедряются в учебный процесс в вузах на всех формах обучения. Кроме того, они в определённой мере могут способствовать межвузовской мобильности студентов. Деятельность вузов по внедрению технологий ДО в период 1997–2000 гг. имела под собой как самостоятельную инициативу, так и проводилась в рамках Всероссийского эксперимента. Итоги эксперимента были подведены коллегией Министерства образования России, которая одобрила основополагающий на сегодняшний документ, регламентирующий деятельность учебных заведений, – Методику применения дистанционных образовательных технологий (дистанционного обучения) в образовательных учреждениях высшего, среднего и профессио-

нального дополнительного образования Российской Федерации. Были также сформулированы предложения о внесении изменений и дополнений в законы об образовании и о послевузовском образовании.

Что же касается межвузовской мобильности студентов, то в России она пока не развита. Имеющиеся перемещения между регионами, как правило, не связаны с удовлетворением сложившихся образовательных потребностей, а имеют иные причины. Удорожание транспортных услуг в 90-е гг. прошлого века, да и в 2001 г., вообще отрицательно сказалось на мобильности студентов. Тем не менее в России зарождается практика получения фундаментальных знаний на младших курсах регио-



Фото Г.Снопкова.

нального вуза по месту жительства с последующим доучиванием по определённой профессии в специализированном вузе другого региона. В этом случае, как и в других странах, содержание программ тщательно сверяется с вузами, вступающими в такую кооперацию, «консорциум».

Примером может служить деятельность ряда образовательных учреждений высшего профессионального образования Омской области.

Омский государственный педагогический университет открыл в рабочем поселке Нововаршавка свой филиал с неполным циклом обучения по трём направлениям бакалавриата:

- 540100 естественнонаучное (профиль – биология);
- 540200 физико-математическое (профиль – информатика);
- 540600 направление «пе-



Фото Д.Рудакова.

дагогика» (профиль – практическая психология в образовании).

Студенты филиала имеют возможность через два года продолжить своё обучение либо в ОмГПУ, либо в вузе-партнёре по родственным специальностям.

На базе филиала ОмГПУ планируется открытие представительств следующих вузов г. Омска: Омский государственный аграрный университет, Омский государственный технический университет, Сибирский государственный университет физической культуры.

Данная схема требует взаимного признания и перезачёта ряда учебных дисциплин.

Вузы будут решать этот вопрос в рамках апробации системы зачётных единиц. Первые шаги в этом направлении были сделаны на семинаре-тренинге «Использование зачётных единиц в организации образовательного процесса вуза» в ОмГПУ. ОмГПУ включён в приказ Минобразования как вуз, в котором проводится эксперимент по внедрению кредитной системы.

Таким образом, жители южных районов Омской области имеют уникальную возможность получения образования по месту жительства, с последующим продолжением получения образования либо в Омском государственном педагогическом университете (что им гарантировано законом), либо в другом высшем учебном заведении.

И.М.ЩЁТКИН.

проректор по учебной работе ОмГПУ.

«ГОРЯЧА

1. Вопрос. Будут ли проводиться подготовительные курсы для поступления в Нововаршавский филиал ОмГПУ и для подготовки к Единому государственному экзамену и примерный размер их стоимости?

Ответ. С 1 июля будут организованы подготовительные курсы, программа которых составлена с учётом требований к содержанию и технологии сдачи ЕГЭ. Программы по предметам подготовки предполагают 2-месячный срок обучения. Заявка на подготовительные курсы принимается с 21 по 30 июня. Провести данные курсы для будущих студентов крайне необходимо, так как вступительные тесты в вузы значительно отличаются от требований общеобразовательного стандарта школы. Стоимость подготовительных курсов в Нововаршавском филиале ОмГПУ на 20% ниже, чем в Омском государственном педагогическом университете, она незначительно может превысить стоимость зимних подготовительных курсов в филиале. Напомню, что в январе 2004 г. стоимость подготовки к одному предмету в большой группе (25 человек) составляла около 800 рублей, в малой группе (15 человек) – около 1600 рублей. Сопоставьте эти цены со стоимостью прохождения курсов в городе, прибавьте к ним расходы на дорогу, проживание, питание и таким образом почувствуете разницу. Готовить абитуриентов к поступлению будут квалифицированные преподаватели из г. Омска, по окончании курсов выдаются сертификаты.

2. Вопрос. Можно ли эффективно подготовиться к экзаменам в вуз через услуги репетиторов?

Ответ. Бесспорно, услуги репетитора, посредством которых возможен более индивидуальный подход к ребёнку, крайне полезны для подготовки. Но следует высказать такие замечания: во-первых, услуги репетитора во много раз превышают стоимость прохождения подготовительных курсов; во-вторых, если репетитор не является ведущим преподавателем именно этого вуза, этого факультета, то есть сомнения в его компетентности относительно тестовых испытаний именно в этот вуз, на этот факультет; в-





«МНЕНИЯ» С ДИРЕКТОРОМ НОВОВАРШАВСКОГО ФИЛИАЛА

третьих, репетитор не имеет права выдавать вам сертификат по окончании курса. Говоря проще, пользоваться услугами репетиторов – это рискованно и дорого. Помните, что к Единому государственному экзамену репетитор вас не сможет квалифицированно подготовить, особенно к технологии его сдачи. Подготовительные курсы Нововаршавского филиала ОмГПУ – это надёжность и качество подготовки, экономичность финансовых затрат, одно из условий успешного поступления в филиал ОмГПУ.

3. Вопрос. Как будет соотноситься режим работы приёмных комиссий Омского государственного педагогического университета и Нововаршавского филиала ОмГПУ? Возможен ли зачёт результатов вступительных экзаменов в ОмГПУ, если они будут сдаваться в Нововаршавском филиале ОмГПУ?

Ответ. Спасибо, это очень важный вопрос. Впервые в этом учебном году сформирована приёмная комиссия Нововаршавского филиала ОмГПУ. Вы можете сдавать документы для поступления в срок с 21 июня по 14 июля. Все вступительные экзамены принимаются в р.п. Нововаршавка. Если вы желаете поступать именно в филиал на очную форму обучения, то к вашим услугам следующие образовательные направления (бакалавриат): физико-математическое направление, профиль «информатика», вступительные экзамены: русский язык, математика (либо информатика), экзамен по выбору (любой из общеобразовательного стандарта); естественнонаучное направление, профиль «биология»; вступительные экзамены: русский язык, биология, экзамен по выбору; направление «педагогика», профиль «практическая психология в образовании», вступительные экзамены: русский язык, биология, экзамен по выбору. Так же, если вы желаете поступать в Омский государственный педагогический университет, то можете подавать документы в приёмную комиссию Нововаршавского филиала ОмГПУ и сдавать экзамены здесь. Обработка

результатов экзаменов производится в центральной приёмной комиссии ОмГПУ. Этим летом приёмные комиссии ОмГПУ и филиала в Нововаршавке работают в синхронном режиме. Поэтому очень важно сдавать экзамены именно у нас, так как в противном случае, не поступив в г. Омске, вы вынуждены будете поступать в филиал только на коммерческое обучение.

4. Вопрос. Учитываются ли



Фото Г.Снопкова

С.Г.Чухин беседует со студентами Нововаршавского филиала.

при поступлении в Нововаршавский филиал ОмГПУ сертификаты прохождения зимних подготовительных курсов в филиале?

Ответ. Конечно, сертификаты зимних подготовительных курсов учитываются приёмными комиссиями филиала и ОмГПУ. Но всё-таки важно пройти подготовительные курсы при филиале с 1 июля, так как именно на них будет осуществляться подготовка и сдача Единого государственного экзамена.

5. Вопрос. Чем отличается диплом специалиста от диплома бакалавра? Почему в Нововаршавском филиале ОмГПУ можно поступить только на образовательные направления бакалавриата?

Ответ. В настоящее время в России существует две формы получения высшего профессионального образования: специалитет и бакалавриат-магистратура. Специалитет – это форма ещё советского времени, всем хорошо знако-

мая, срок обучения на очном отделении составляет 5 лет. Бакалавриат-магистратура – это система, пришедшая с Запада, так как идёт постепенная интеграция российской системы образования в международное образовательное пространство. Нововаршавский филиал ОмГПУ работает только по программам бакалавриата, если не считать заочного обучения по специальности «социальная педагогика». В чём эффективность бака-

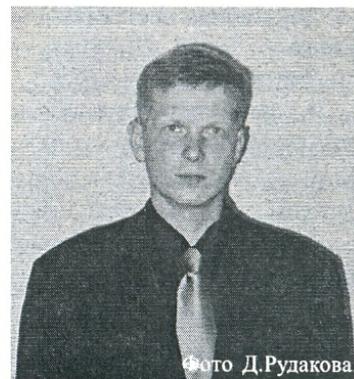


Фото Д.Рудакова

Ответ. Эти слухи не имеют под собой никаких объективных оснований. В настоящее время Нововаршавский филиал ОмГПУ имеет Лицензию Министерства образования РФ от 5 ноября 2003 г., № 1258, на право осуществления деятельности в области высшего профессионального образования. Обновление Лицензии состоится только в 2009 году, в успехе которого мы не сомневаемся. Филиал постепенно набирает авторитет в посёлке и районах области. Если возникают подобные слухи, это хорошо, значит, для определённых образовательных учреждений мы уже составляем конкуренцию.

7. Вопрос. Как с вами можно связаться для индивидуальной консультации по поступлению в вуз?

Ответ. Мы ждём всех интересующихся вопросами получения высшего образования и желающих поступать в Нововаршавский филиал ОмГПУ по адресу: р.п. Нововаршавка, ул. Красный Путь, 176, учебный корпус № 1, контактный телефон: 9-25-31. 26 июня в 10:00 в учебном корпусе № 1 Нововаршавского филиала ОмГПУ будет проводиться День открытых дверей, где вы можете получить подробную консультацию и приобрести тренировочные тестовые материалы к экзаменам.

С.Г.ЧУХИН,

директор Нововаршавского филиала ОмГПУ, кандидат педагогических наук.





СОВЕТЫ БЫВШЕГО АБИТУРИЕНТА

Вы решили поступать в вуз? Это серьёзно?

Тогда вам надо:

- Иметь чёткое представление о том, какую специальность вы хотите получить. Внимательно выслушайте мнения на сей счёт родителей, преподавателей, товарищей. Однако – с учётом полученной информации – свой выбор сделайте сами.

- Постарайтесь объективно оценить свои способности и возможности: достаточен ли имеющийся у вас объём знаний, ваш интеллектуальный базис для поступления в вуз; сможете ли вы в течение пяти лет жить на стипендию; хватит ли у вас сил и здоровья подрабатывать, если в этом возникнет необходимость.

- Вы уже выбрали свою будущую профессию? В таком случае вам надо усилить подготовку по предметам вступительных экзаменов в соответствии с требованиями вуза.

- Особое внимание обратите на практические навыки (решение задач, примеров, работу с географическими картами различных видов), подкрепляющие теоретические знания.

- При подготовке к экзамену по иностранному языку обратите внимание на разговорную речь, потренируйте себя в постановке вопросов.

- Внимательно следите за прессой. Абитуриент должен владеть информацией о важных событиях, происходящих в стране и мире, хорошо ориентироваться в сложившейся социально-политической, экономической обстановке – всё это ему может пригодиться на экзаменах.

- Во время подготовки к экзаменам пишите шпаргалки! Не пожалейте на них сил и времени: «шпоры» должны быть краткими, чёткими, содержательными. В процессе их «заготовки» вы систематизируете свои знания, учитесь выбирать самое главное, находить опорные слова. Лучше шпаргалки оставить дома (свою положительную роль они уже сыграли). Вряд ли вы сумеете воспользоваться ими. Не дай Бог попадёте! Вас удалят с экзамена, и – прощай мечта стать студентом.

- Перед сдачей документов в приёмную комиссию тщательно проверьте их комплектность и правильность оформления. Ведь если что-нибудь не так, комиссия может их не принять.

На что нужно обратить внимание:

- Совпадают ли ваши фамилия, имя, отчество на всех имеющихся у вас документах с указанными в паспорте. Замужние абитуриентки должны иметь свидетельство о браке.

- На аттестате должны быть обязательно указаны место и дата его выдачи.

- Не забудьте захватить с собой заверенную копию трудовой книжки, если у вас есть трудовой стаж, т.к. это является вашим пре-

имуществом при поступлении в вуз.

- Все необходимые сведения об экзаменах будут помещены на доске объявлений. Там же вы найдёте номер телефона приёмной комиссии – главного источника информации для абитуриента.

- Непременно придите на консультацию перед экзаменом. На ней вы узнаете о том, как будет проходить письменный экзамен, как нужно оформить свою работу.

- Не делайте никаких посторонних поме-



Фото В. Мальцева

Студенты первого набора Нововаршавского филиала ОмГПУ.

ток, рисунков на обложке вашей письменной работы, на вкладыше, на листах. Аккуратно выполненная работа произведёт на предметную комиссию благоприятное впечатление.

- На письменной работе по математике лучше решать сначала те задачи, в методе решения которых вы не сомневаетесь. Если же сразу решать трудные, на ваш взгляд, задачи, то на вас будет оказывать психологическое давление число ещё не решённых задач при быстром убывающем времени.

- На письменных экзаменах не надейтесь на своего соседа (по варианту). Он может такое наворотить!.. Не лишайте его индивидуальности.

- Психологи не советуют заниматься в последний день перед экзаменом. Вам надо хорошо отдохнуть, выспаться – в день экзамена будет лучше работать голова, и вы будете отлично выглядеть, что тоже немаловажно.

- Вы собрались на экзамен? Проверьте, не забыли ли вы паспорт, вызов на экзамен, полученный вами в приёмной комиссии, часы, запасную ручку.

- На экзамен лучше прийти раньше (минут на 15–20), чем опоздать. Если вы всё же опоздали – по уважительной причине – или заболели в день экзамена, то вам следует незамедлительно обратиться к ответственному секретарю приёмной комиссии. Он постарается решить возникшие проблемы.

- Если вы не хотите попасть в стрессовую ситуацию во время экзаменов, учитесь управлять своими эмоциями, приучите мозг и тело расслабляться по команде. Вот несколько советов:

- я расслаблен;

- я контролирую своё состояние;

- я сконцентрирован на данном вопросе;

- я показываю лучшее, на что способен.

- Благодаря относительному раскрепощению мозга при расслаблении повышается гибкость мышления, мозг чётче и эффективнее справляется с командами, которые человек посылает самому себе. Для овладения техникой расслабления вам необходимо заниматься по несколько минут в день в течение 2–3 месяцев, при этом желательна консультация психолога.

- Не забывайте: всё время, пока идут вступительные экзамены, вы должны хорошо питаться. Иначе ваш организм может просто не выдержать умственных и нервных перегрузок. Но не делайте этого на самом экзамене. Учтите также, что нельзя переесть перед экзаменом. Переполненный желудок затрудняет мыслительный процесс.

- Постарайтесь, чтобы ваш ответ на установленном экзамене был чётким, по существу, стройным по определённой схеме. Если на экзамене вам кажется, что вы ничего не знаете или не помните по тем вопросам, на которые предстоит ответить, не теряйтесь: постарайтесь успокоиться, справиться с мыслями, поищите «подсказку» на географической карте, или в методичке, лежащей перед вами, или в вопросах преподавателя – взгляните и вслушайтесь внимательнее. Не молчите, помните: будущий специалист должен быть общительным и находчивым. Преподаватель непременно это оценит и учтёт.

- Помните, что ваш внешний вид и умение общаться произведут определённое впечатление на преподавателя. Умейте подать себя. При этом не стоит одеваться слишком вызывающе, лучше – аккуратно, скромно, но со вкусом. Не советуем надевать совсем новую, ненадеванную ранее обувь или одежду: они могут создать определённый дискомфорт и отвлечь ваше внимание от экзамена.

- Если вы не согласны с экзаменационной оценкой и считаете, что заслуживаете более высокой, не стоит слишком категорично спорить с преподавателем – при желании он всегда сможет доказать свою правоту.

- Если вы не набрали проходной балл, не торопитесь забирать документы. Дождитесь, пока будут вывешены списки зачисленных в вуз: вдруг ваш неблагоприятный прогноз окажется ошибочным?

- Если вы всё же не поступите – не отчаивайтесь: у вас всё ещё впереди!

НИ ПУХА, НИ ПЕРА!!!





ПЯТЬ ШАГОВ К ЭФФЕКТИВНОМУ УПРАВЛЕНИЮ ВРЕМЕНЕМ

Тебе вечно не хватает времени? Вечером ты обнаруживаешь, что не выполнил половины тех дел, которые намеревался сделать утром? Твоя работа мешает личной жизни, или, наоборот, из-за семейных хлопот не остаётся сил на построение карьеры? Похоже, тебе пора заняться тайм-менеджментом – искусством учёта и планирования времени. Иметь личное время, самостоятельно распоряжаться им – привилегия свободных людей. Овладев несложными, но практичными навыками, ты будешь успевать больше, добиваясь своих целей и при этом меньше уставать в конце рабочего дня.

Чтобы рациональнее использовать время, нужно сначала затратить некоторую его часть, чтобы научиться этому искусству. Например, минут десять на прочтение этой статьи и столько же каждый день в течение нескольких недель, чтобы обучиться этой технологии. Но эти затраты – окупятся. Тайм-менеджмент, как отмечают все, кто его освоил, одна из самых эффективных и действенных технологий.

Шаг 1. Сформулируй долгосрочные цели

Известно выражение «Время – деньги». Но быть эффективным означает достичь сбалансированного успеха как в деловой сфере, так и в личной жизни. Ключ к балансу – в правильной постановке долгосрочных целей. С этого и нужно начать освоение тайм-менеджмента. Если ты не осознал свои долгосрочные цели, никакие изощренные техники тебе не помогут. Как гласит итальянская пословица: «Для корабля, который не знает, куда плывёт, не бывает попутного ветра».

Но здесь тебя поджидают четыре ловушки. Во-первых, велик соблазн перепутать свои истинные желания и цели с чужими. Все твои знакомые чего-то от тебя хотят – родители, начальники, подчинённые. Учитывай чужие интересы, но всё-таки ставь их на второе место после своих.

Вторая ловушка – подмена своих ценностей общепринятыми. Это очень тонкий момент. «Стать врачом и всю жизнь помогать людям» – это может быть и внутренним призванием, а может оказаться замаскированным стремлением быть «хорошим мальчиком» или «хорошей девочкой».

Третья ловушка – боязнь ставить по-

настоящему честолюбивые цели. Чем масштабнее цели, тем масштабнее результаты.

Четвёртая ловушка – слишком много разных целей. Лучше сосредоточиться на одной, максимум двух, но больших целях.

Определив свои долгосрочные цели, обязательно запиши их: у целей есть способность забываться в потоке рутины. Если большая цель вызывает страх, разбей её на цепочку маленьких подцелей. Хорошо, если эти подцели привязаны ко времени, например: «Занять такой-то пост в организации к такому-то сроку». Осталось приучить себя следовать этим целям каждый день, час и минуту. Возможно, ты уже не раз ставил перед собой цели, но не смог следовать им. Ты думаешь, не хватило дисциплины? В действительности, если цели поставлены грамотно, если это действительно твои цели, то их достижение станет увлекательным

дела срочные. Они способны обмануть человека, заставляя думать, будто срочное – значит важное. Конечно, есть дела и срочные и важные одновременно, но зачастую срочные дела не имеют никакой важности, потому что продиктованы не стремлением к твоим целям, а реакцией на внешние обстоятельства.

В твоём фокусе только важное. В первую очередь срочные и важные дела должны быть предметом пристального внимания. Это то, что необходимо делать незамедлительно. Однако если таких срочных важных дел становится слишком много – это признак того, что ты уделяешь недостаточно внимания делам важным, но не срочным. В результате – постоянные кризисы и спешка.

Опаснее всего пренебрегать именно важными, но несрочными делами: долгосрочным планированием, началом новых проектов, отдыхом, укреплением здоровья – короче, всем тем, что никто не заставляет тебя делать.

Шаг 3. Заведи «внутренний хронометр»

С тобой бывало так, что маленький перерыв на кофе незаметно растягивался часа на полтора? Иногда весь день так проходит. Значит, у тебя пока не выработано «чувство времени», которое позволяет оставаться «здесь и сейчас», не улетать в бесполезные фантазии или безрезультатные дела. Выработать это чувство можно, ведя учёт времени.

Как это сделать? При каждом переключении внимания (не реже, чем раз в 15 минут) записывай в блокнот показания часов и свои действия в этот промежуток времени. Для краткости используй сокращения и любые символы. Ты ведёшь учёт не для кого-то, а только для себя.

Такой учёт времени веди несколько недель подряд. После такой тренировки «внутренний хронометр» заработает автоматически. Сначала учтёнными окажутся всего 3–4 часа в день, к концу тренировки – около 10–12 часов. Если ты заметишь, что уже несколько часов как забросил учёт, – не расстраивайся, это нормально для начала. Просто начинай учёт заново, со временем таких «выключений» станет меньше.

Может показаться, что вести учёт трудно, что он только ещё больше отнимает время.



Фото В.Мальцева

Принято решение об открытии южного филиала ОмГПУ.

процессом. Если же тебе требуются серьёзные усилия воли, заново грамотно сформулируй свои цели.

Шаг 2. Научись отделять важные дела от срочных

Итак, долгосрочные цели сформулированы. Осталось выбрать конкретные дела, которые наиболее эффективно, то есть с минимумом усилий и максимумом отдачи, будут им служить. Для выбора таких дел у тебя есть критерий: важны все те виды деятельности, которые работают на твои цели. А всё то, что никак не приближает тебя к ним или даже отдаляет от них, важным не является. Часто противоположность важных дел –



ПЯТЬ ШАГОВ К ЭФФЕКТИВНОМУ УПРАВЛЕНИЮ ВРЕМЕНЕМ

В действительности, на учёт уходит не более 20–30 минут в день. А экономится иногда несколько часов, обычно уходящих неизвестно куда. «Чистое» время, которое ты тратишь на работу в день, может оказаться гораздо меньше, чем ты думаешь. Отнесись к этому спокойно.

Впрочем, цель учёта времени не в том, чтобы заставить себя делать больше, чем ты привык. Если такой побочный эффект есть – хорошо, но цель не в этом. Главное – выработать привычку чувствовать время, быть «здесь и сейчас». Заодно, ведя учёт, ты узнаешь, сколько времени требуется на тот или иной вид деятельности – будь то сон, поездка на работу, поход с спортзал и т.п. Это понадобится на этапе планирования расписания.

Шаг 4. Создай своё расписание

Теперь ты готов к планированию. Возможно, ты уже не один раз пытался создать расписание, но либо забывал им воспользоваться, либо твой инструмент для планирования только мешал эффективно действовать вместо того, чтобы помогать. Это происходило потому, что ты не проделал предыдущие шаги – не определился со своими жизненными целями и самыми эффективными способами их достижения. Планирование – процесс простой и увлекательный при условии, что всё к нему готово.

Неважно, какой органайзер использовать в качестве планировщика – электронный или бумажный. И у того и у другого есть плюсы и минусы. Главное, чтобы планировщик подходил лично тебе. Иногда вполне сгодится и элементарная записная книжка.

В грамотном планировании существуют несколько правил.

Первое правило. Планируй не только день, но и неделю. Так тебе будет удобнее приспосабливаться к неожиданностям, возможным кризисам, более гибко распределяя задачи в расписании.

Второе правило. Прежде чем «ставить» задачу в своё расписание, ещё раз убедись, что она действительно работает на одну из твоих жизненных целей.

Третье правило. Прикинь, сколько времени займёт эта задача. Учитывай не только чистое время выполнения задачи, но и затраты на подготовку к её выполнению, время на сворачивание задачи, «доводку», а также затраты времени на дорогу.

Четвёртое правило. Не планируй слишком тщательно, вноси только самое необходимое. Оставь в расписании (и в жизни!) больше простора.

Пятое правило. Размещай в своём недельном расписании сначала самые важные дела. А то ведь бывает и так: рассортировал все многочисленные, но не слишком важные дела в графике, а для важных места

не осталось. Не забывай уделять время отдыху, укреплению здоровья и самому планированию. Задачи важные и срочные, то есть привязанные к определённому часу, лучше планировать отдельно от дел, которые можно делать в любое время дня.

Шестое правило. При планировании учитывай личные циклы энергии. Известно: есть совы и есть жаворонки. Кому-то лучше работаете утром, сразу после сна, кому-то – поздно вечером. Но это – крайности. У большинства людей что-то среднее. К тому же нужно следовать рабочему графику, который составляет твой начальник. В любом случае отметь периоды твоей наибольшей работоспособности и спланируй на эти часы самую трудоёмкую работу, на часы спада – работу лёгкую. Это пра-



Фото Г.Снопкова

Зам. главы администрации Нововаршавского района вручает директору филиала ОмГПУ диплом за первое место в благоустройстве вузовской территории.

вило важнее, чем кажется. Кто им пренебрегает – мало работает и плохо отдыхает.

Седьмое правило. Если ты способен выполнять какие-то дела, не требующие предельной внимательности, одновременно, то и планируй их на одно время. Разумеется, это не относится, например, к вождению автомобиля и составлению ответственного отчёта. Но если ты много времени проводишь в общественном транспорте, то это время можно занять, например, чтением. Заниматься спортом можно, общаясь с близкими людьми, а уборку по дому можно делать, одновременно слушая музыку или даже разговаривая по телефону.

Шаг 5. Следуй расписанию

Осталось только следовать своему расписанию. Ты боишься, что у тебя не хватит для этого самодисциплины? Напрасно: если расписание составлено грамотно и, главное, оно опирается на твои долгосрочные цели, для реализации его не нужны никаких сверхъестественных усилий.

Но здесь тебя может поджидать один соблазн – желание быть хорошим для всех.

Ты можешь откликаться на чужие просьбы – в ущерб своим целям. Помни, что ты не обязан кому-то помогать, если только сам не хочешь этого. Способов сказать «нет» множество, психологи любят давать на этот счёт советы. Все они сводятся к одному: отказываясь, будь вежлив. Если потребуется, повторяй свой отказ много раз подряд. Если это не помогает, просто скажи старое доброе «нет» без всяких добавлений. Ты вовсе не обязан оправдывать свои решения.

Но иногда расписание «ломается» по объективным причинам, застраховаться от неожиданностей невозможно. Например, ты готовился к совещанию, а его отменили. Неожиданно высвободился час-другой не занятого ничем времени. К таким поворотам нужно быть всегда готовым – иметь при себе работу, которую можно выполнять в любых условиях, или книгу, которую можно почитать. Или просто воспользоваться случаем и немного передохнуть.

Возможно, после того как твоё время стало более «осязаемым», ты станешь ценить его гораздо больше, и тебе захочется овладеть времясберегающими технологиями. Какими именно – зависит от твоей работы. Например, если ты регулярно используешь в своей работе Интернет и компьютер, тебе стоит научиться эффективному поиску информации в WWW и специально десятипальцевому способу печати. Другой полезный навык – быстрочтение. На курсах, обучающих быстрочтению, можно заодно научиться анализировать тексты, выбирая из них только самое нужное. Чтобы всё это освоить, нужно затратить довольно много времени, но потом всё это окупится.

В заключение напомним: тайм-менеджмент – не набор каких-то чудесных приёмов, создающих время из ничего. Скорее это искусство беречь каждую минуту, отличая важные задачи от неважных. Ведь ты хочешь не просто делать быстрее то, что ты и так уже делаешь, но и приблизиться к своим заветным целям? Простейший способ – задавай себе время от времени вопрос: «Как мне наиболее эффективно распорядиться данным моментом?». Если твой тайм-менеджмент ограничится только этим вопросом, он уже сделает твою жизнь намного эффективней.

Михаил БЕЛЯНИН.

Идея, PR-концепция – начальник отдела маркетинга ОмГПУ и КА «Золотой фонд» – М.В.Кашленко.

Пишите, ЗАХОДИТЕ, звоните:
644099, Омск – 99, наб. Тухачевского, 14, к. 254, т.: 23–57–93
E-mail: molodost@omgpu.omsk.edu
Редактор – Е.Н.Завьялова, тех. редактор – К.А.Торговых
Тираж 999 экз. Издательство ОмГПУ. Заказ Т–051.04

