



**Ступницкая Мария Анатольевна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин Института естествознания и спортивных технологий ГАОУ ВО МГПУ, Москва

**Алексеева Светлана Ивановна**, кандидат физико-математических наук, доцент кафедры адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин Института естествознания и спортивных технологий ГАОУ ВО МГПУ, Москва

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ВУЗЕ

Статья посвящена проектной деятельности как технологии обучения студентов первого-второго курсов. Рассматриваются специфические особенности учебного проектирования, его этапы; предлагаются критерии оценивания проекта. Даются рекомендации для студентов по работе с информацией, созданию проектного продукта, оформлению описательной части работы, подготовке к защите проекта, применению критериев оценивания как инструкции по работе.

**Ключевые слова:** проект, проблема, цель, проектный продукт, критерии оценивания, компетенции.

**Справка для преподавателей.** Проектная деятельность — особый вид учебной и внеучебной работы, освоив которую, студент приобретёт необходимые компетенции, которые будут востребованы в различных сферах жизни, освоит многие навыки, необходимые для успешной учёбы. Проектную деятельность имеет смысл применять как технологию обучения на первом-втором курсах. Это даст студентам необходимый опыт и явится хорошей пропедевтикой проблем,

которые могут возникнуть при работе над курсовыми и дипломами. Кроме того, юношеский возраст — это время хорошей учебной мотивации и высокой социальной активности, возраст наиболее природосообразный для такой работы, как проекты.

Проблема проекта, над которым работает студент, должна обязательно лежать в сфере его личностных интересов. Поэтому лучше предлагать не конкретные темы проектов, а лишь в самых общих чертах обозначать проблемы,

над которыми предстоит поработать. Тогда студент будет иметь возможность самостоятельно сформулировать тему своего проекта, максимально приблизив её к своим интересам. Только в этом случае работа над проектом способна серьёзно увлечь студента и создать возможности для приобретения необходимых учебных и социальных навыков в интересной, а значит, эффективной форме.

**Для студентов.** Время учёбы в вузе — это период приобретения знаний и опыта, расширения круга общения, формирования социальных навыков — всего того, что является основой профессионального и жизненного успеха, к которому стремится любой человек.

Самые успешные политики, бизнесмены, учёные, спортсмены, деятели искусства — это люди, обладающие особым, проектным типом мышления. Оно позволяет человеку раньше других увидеть назревающую проблему, понять, как её решить, наметить план своих действий и осуществить его оптимальным образом. Именно такой тип мышления является залогом успеха в любой сфере современной жизни.

Как освоить проектный тип мышления, кто научит мыслить проектно? Есть вещи, которым научить нельзя, можно только научиться. А научиться этому можно только действуя, создавая и реализуя собственные проекты.

Есть весьма серьёзный повод освоить навыки проектной деятельности. Ещё в недалёком прошлом можно было более или менее сносно прожить жизнь, следуя хорошо проверенным прави-

лам, повторяя действия, уже принёсшие успех ранее, опираясь на опыт и знания, накопленные предшествующими поколениями. Сегодня бурно развивающаяся наука и технологии приводят к быстрому устареванию самых, казалось бы, актуальных знаний<sup>1</sup>. Научившись создавать и воплощать в жизнь собственные проекты, можно приобрести, пожалуй, самое важное и востребованное умение — самостоятельно добывать, присваивать и применять постоянно обновляющиеся знания, а значит, стать конкурентоспособным на рынке труда.

В последние годы в развитых странах очень популярной стала профессия менеджера социальных проектов. Социальные проекты пронизывают всю жизнь современного общества. Мы сталкиваемся с ними буквально на каждом шагу. Это и социальная реклама в метро, на улице, в средствах массовой информации, и слоганы, ставшие привычным фоном нашей жизни. Это также благотворительные акции и различные флешмобы. Даже политические движения и партии являются своего рода социальными проектами. Научившись разрабатывать и воплощать свои проекты, вы сможете оказывать влияние на людей и события; распознавать и учитывать настроение группы; организовать взаимодействие социальных сообществ для достижения целей своего проекта; создавать то, что может помочь людям решить их проблемы, сделать их жизнь лучше, интереснее, безопаснее.

<sup>1</sup> Переверзев Л.Б. Проектный подход к образовательным проблемам // Методология учебного проекта. — М.: —2000. — 84 с.



Что же такое проект? В словарях и справочниках приводятся различные определения данного термина. Из всего этого многообразия можно выделить главное: проект — это замысел, цель, план, продукт. Но самое важное, что следует помнить, проект — это способ решения какой-то важной проблемы, способ работы, предусматривающий применение всех освоенных учебных приёмов и всех имеющихся знаний из различных областей науки, общественной практики, профессиональной сферы. Результатом этой работы станет создание уникального проектного продукта, в котором будет воплощён найденный вами способ решения проблемы. В этой работе можно проявить себя, попробовать свои силы, приложить свои знания, принести пользу людям.

Чтобы ничего не упустить из виду, выполнить всё правильно и уложиться в срок, внимательно прочитайте наши рекомендации, из которых узнаете: зачем работать над проектом, как сформулировать проблему, цель, задачи и тему проекта, с чего начать работу, что и когда делать, что такое критерии оценивания проектов и как ими пользоваться, как организовать сбор информации и проведение исследований, что представляет собой проектный продукт, как провести защиту проекта.

### 1. Зачем работать над проектом.

Успешный проект даёт шанс получить неоценимый опыт, вы сможете использовать эту работу для того, чтобы проверить себя и оценить те знания и навыки, которые получили за все годы своей учёбы в школе и

в вузе. Создавая проект, можно задумать и осуществить любой эксперимент, поставить необычный опыт, провести опрос или взять интервью у специалиста в интересующей вас области...

Работая над своим проектом, вы научитесь ставить перед собой серьёзную, но реалистичную, достижимую цель и разбивать её на более мелкие задачи, планировать свои действия на далёкую перспективу и на ближайшее время, осуществлять свои планы и вносить в них необходимые изменения, искать нужную информацию и проверять её достоверность, ранжировать её по значимости для своего проекта. Возможно, придётся привлекать к своей работе других людей — и вы узнаете, как заинтересовать их в сотрудничестве. Согласитесь, все эти умения и навыки очень важны для современного человека!

Наверное, вы уже не раз убеждались, что очень неприятно много времени посвящать делу, которое не представляет большого интереса. Работа над проектом потребует длительного времени, большого внимания, упорства и терпения. Чтобы хорошо работалось, работа должна быть интересной.

Итак, ваш проект **должен быть:** *вам интересен, направленным на решение конкретной проблемы и иметь достижимую цель, позволить выразить свою точку зрения, проявить свою инициативу и творческий подход, дать возможность в итоге создать действительно свой собственный авторский проектный продукт.* Несмотря на то что работа над проектом потребует



много сил и времени, ваш проект **не должен мешать учёбе, общественной работе, личной жизни.**

Наверное, теперь стало понятно, что работа над проектом — это шанс научиться тому, что позволит добиваться успеха в не только учёбе, но и в жизни.

**2. Проблема, цель, задачи и тема проекта.** За время своей школьной и институтской учёбы вы уже не один раз выполняли различные виды самостоятельной работы. Это могли быть доклады, рефераты, учебные исследования, сочинения и другие творческие задания. Всё это дало опыт, который теперь пригодится в работе над проектом. Проект отличается от других видов учебной работы прежде всего тем, что направлен на решение какой-то конкретной проблемы. **Нет проблемы — нет проекта!**

Как правило, для работы над проектами студентам предлагается ряд широких глобальных тем. Обдумайте их, сверьте со своими интересами и выберите одну из них. В рамках выбранной темы следует определить более узкую **проблему**, которую будете решать в ходе работы над своим собственным проектом. Подумайте, какова **цель** вашей работы — она должна быть направлена на решение проблемы проекта; какой **проектный продукт** вы будете создавать — он является материальным воплощением найденного решения проблемы проекта (модель, макет, брошюра, статья, рекомендации, инструкции, мероприятия и т.п.). После этого будет несложно сформулировать собственнo **тему** своего проекта. Итак,

пока движемся от проблемы к цели проекта, от цели к теме проекта.

**Важный момент.** Наверняка вам уже приходилось в рамках каких-то учебных заданий заниматься исследовательской работой. Имейте в виду, что учебное исследование и учебный проект — это не одно и то же. Начиная учебное исследование, вы не можете заранее знать, к какому результату придёте, сможете ли вы доказать свою гипотезу или же она будет опровергнута. В отличие от учебного исследования результат учебного проекта обязательно должен быть ясен заранее — это цель, которую вы поставили в самом начале работы и которую должны достичь во что бы то ни стало. Поэтому ещё раз постарайтесь убедиться, что цель проекта вам по плечу. **Цель проекта — решение проблемы проекта!**

В любом случае задайте себе несколько вопросов, ответы на которые помогут определить проблему, цель и тему проекта. **Вопрос:** зачем необходимо делать этот проект? **Ответ:** есть такая-то **проблема**, которую необходимо решить. **Вопрос:** чего я хочу добиться в результате работы, как предполагаю решить проблему? **Ответ:** я хочу, чтобы (далее следует формулировка **цели** проекта)

Ответив на оба эти вопроса, можно сформулировать **тему** проекта. Она не должна быть слишком общей, сформулированной слишком расплывчато. Ваш проект не должен стать лишь пересказом того, что вы прочли в книгах, энциклопедиях или нашли в Интернете, ваша работа должна дать возможность высказать собственные



идеи, выразить свою точку зрения, создать продукт, которого до вас никто не создавал.

Итак, первый шаг — обоснование **проблемы, цели и темы** проекта — сделан. Сейчас самое время разбить поставленную цель на более мелкие шаги и сформулировать их в виде **задач**. Решение каждой задачи — шаг на пути к достижению **цели** и решению **проблемы** проекта. Обязательно убедитесь в том, что последовательное решение сформулированных задач приближает вас к цели проекта. Теперь надо продумать, в каком **проектном продукте** будет воплощён найденный вами способ решения проблемы проекта.

**Важный момент.** Следует убедиться, что между **проблемой, целью, задачами** проекта и **проектным продуктом** существует очевидная связь.

Спросите себя: «Если я решу все сформулированные мною **задачи**, достигну ли я поставленной **цели**, будет ли в этом случае решена **проблема** проекта, над которым я работаю? Будет ли созданный мною **проектный продукт** способствовать решению проблемы проекта?» Желательно, чтобы ваш ответ послушал кто-то из компетентных помощников — преподаватель, однокурсники, кто-то из специалистов в той сфере, которой посвящён ваш проект. Если утвердительный ответ на этот вопрос всем им кажется убедительным — вы на правильном пути!

**3. С чего начать, что и когда делать. Планирование работы над проектом.** Иногда бывает очень трудно начать какую-либо работу. Особенно, если работа предстоит сложная и длительная, такая, как проект. Лучшее всего

заранее составить план предстоящих действий. Это поможет ничего не забыть, убедиться, что вы движетесь в правильном направлении, распределить своё время и силы, а главное — вовремя внести необходимые изменения в свою работу, если что-то пойдёт не так.

В целом работа над проектом заключается в следующем: *определение проблемы и цели проекта, формулирование темы и задач работы, планирование работы, ознакомление с критериями оценивания проекта, сбор необходимой информации, других материалов, в том числе постановки опытов, проведения экспериментов, опросов (если это необходимо), создание проектного продукта, подготовка к защите проекта (в том числе создание компьютерной презентации).*

Вы уже знаете, над какой проблемой предстоит работать, хорошо представляете себе цель и задачи предстоящей работы, определили точную формулировку темы проекта.

Теперь надо составить план работы. Сначала задайте себе несколько вопросов. *Что я уже знаю по теме моего проекта и что ещё необходимо узнать? Потребуется ли мне посещать какие-либо библиотеки или какие-либо сайты в Интернете для сбора необходимой информации? Потребуется ли мне беседовать со специалистом по теме проекта? Потребуется ли мне проделывать собственные опыты и эксперименты, проводить опросы, подсчитывать и анализировать их результаты или можно воспользоваться данными, полученными в ходе других исследований? Каким я хочу сделать проектный*



*продукт (модель, макет, брошюра, аналитическая статья, рекомендации, инструкции, мероприятия...)? Какие материалы для моей работы у меня уже есть и какие ещё потребуются для создания проектного продукта? Что я уже умею и чему ещё придётся научиться, чтобы найти информацию и создать проектный продукт?*

Запишите эти вопросы и составьте примерный список необходимых источников информации, материалов для работы и всего того, чему придётся научиться для успешной работы над своим проектом.

Теперь, когда ясен объём предстоящей работы и известна дата защиты проекта, необходимо распределить своё время. Разделите имеющийся у вас отрезок времени примерно на три равные части. Первую треть вы потратите на сбор и анализ информации (в том числе на проведение исследований). Ещё примерно треть времени уйдёт на создание проектного продукта. Оставшуюся треть времени оставьте для подготовки к защите проекта (в том числе для подготовки отчёта о проделанной работе, создания компьютерной презентации, написания своей речи и репетиции самого выступления). Возьмите календарь и запишите точные даты окончания каждого из этих этапов своей работы. Каждый этап работы разбейте на более мелкие шаги и распланируйте их как можно подробнее. Теперь разработайте график своей работы, указывая все основные и более мелкие этапы работы и сроки выполнения каждого этапа. Сверяйтесь с ним, чтобы не выбиться из графика.

**Важный момент.** Очень важно убедиться, что разработанный план точно ведёт от проблемы к цели проекта. Внимательно просмотрите все пункты плана — все его основные этапы и более мелкие шаги внутри каждого большого этапа. Иногда полезно прийти по плану в обратном направлении, это помогает увидеть, не упущено ли что-то важное. Спросите себя: «Если я буду делать всё, что запланировано и в том порядке, в котором это запланировано, смогу ли я достичь цели и решить проблему проекта?» Здесь опять потребуется какой-то заинтересованный слушатель (однокурсники, друзья, руководитель проекта). Опытные люди говорят, что хороший план — это половина работы. Помните, **кто ничего не планирует, тот планирует свой провал!**

**4. Критерии оценивания проекта.** Сейчас речь пойдёт о критериях оценивания проектов, и это неслучайно. Узнав, что именно будет оцениваться по окончании работы, вы сможете понять, **что** необходимо делать и **как** это делать, чтобы получить высший балл.

**Критерии** — это описание тех видов работы, которые вы будете выполнять и которые будут оцениваться. К каждому критерию прилагается описание пути, по которому нужно продвигаться, от самого слабого результата к самому лучшему. Это описание уровней достижений называется **дескрипторы** (от англ. describe — описывать). Каждому дескриптору соответствует определённый **технический балл**. Чем выше достижение, тем выше балл.



Оценивая проект, эксперты (члены конкурсной комиссии, если это конкурс проектов; ваш преподаватель, если этот проект готовится в рамках какой-либо учебной дисциплины) будут выбирать тот технический балл, который в большей степени соответствует уровню

вашего достижения (дескриптору) по данному критерию. Проект оценивается по целому ряду критериев. Из суммы всех полученных вами технических баллов сложится итоговый результат. Посмотрите, как выглядят критерии оценивания проекта:

| <b>Критерий 1. Постановка проблемы проекта</b>                                                                   |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Проблема проекта <b>неактуальна /не обоснована</b> автором                                                       | 1 |
| Актуальность проблемы проекта <b>недостаточно убедительно обоснована</b> автором                                 | 2 |
| Актуальность проблемы проекта <b>убедительно обоснована</b> автором                                              | 3 |
| <b>Критерий 2. Постановка цели проекта</b>                                                                       |   |
| Цель сформулирована <b>нечётко</b>                                                                               | 1 |
| Цель сформулирована ясно, но <b>не вполне соответствует</b> заявленной проблеме                                  | 2 |
| Цель чётко <b>сформулирована</b> и <b>полностью соответствует</b> заявленной проблеме                            | 3 |
| <b>Критерий 3. Постановка задач проекта</b>                                                                      |   |
| Задачи сформулированы автором <b>некорректно</b>                                                                 | 1 |
| Задачи <b>сформулированы чётко</b> , но лишь <b>частично соответствуют</b> цели проекта                          | 2 |
| Задачи <b>чётко сформулированы</b> и <b>полностью соответствуют</b> цели проекта                                 | 3 |
| <b>Критерий 4. Глубина знаний по теме проекта</b>                                                                |   |
| Автор имеет <b>поверхностные знания</b> по проблеме проекта                                                      | 1 |
| Автор имеет <b>достаточные знания</b> для раскрытия проблемы проекта                                             | 2 |
| Автор имеет <b>глубокие познания</b> , <b>свободно ориентируется</b> в проблеме проекта                          | 3 |
| <b>Критерий 5. Интерес к работе</b>                                                                              |   |
| Работа демонстрирует <b>поверхностный интерес</b> автора к проблеме проекта                                      | 1 |
| В работе предпринята <b>попытка представить личный взгляд</b> на проблему проекта,                               | 2 |
| Работа демонстрирует <b>глубокий интерес</b> , собственный <b>оригинальный</b> взгляд автора на проблему проекта | 3 |
| <b>Критерий 6. Разнообразие источников информации</b>                                                            |   |
| Работа опирается на информацию из <b>ограниченного числа однотипных</b> источников                               | 1 |
| Работа опирается на информацию из <b>достаточного</b> числа <b>однотипных</b> источников                         | 2 |
| Работа опирается на информацию из <b>большого</b> числа <b>разнообразных</b> источников                          | 3 |



| <b>Критерий 7. Качество проектного продукта</b>                                                                                                                                       |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Проектный продукт <b>не соответствует</b> заявленной теме проекта, либо <b>требует значительной</b> доработки, чтобы использоваться для решения поставленной проблемы проекта         | 1 |
| Проектный продукт <b>частично соответствует</b> заявленной теме проекта, либо <b>требует незначительной</b> доработки, чтобы использоваться для решения поставленной проблемы проекта | 2 |
| Проектный продукт <b>полностью соответствует</b> заявленной теме и может быть <b>использован для решения поставленной проблемы</b> проекта                                            | 3 |
| <b>Критерий 8. Соответствие требованиям оформления источников информации</b>                                                                                                          |   |
| Допущены серьёзные ошибки: <b>отсутствуют установленные</b> требованиями порядок и структура оформления источников информации                                                         | 1 |
| Предприняты <b>попытки оформить</b> источники информации в соответствии с установленными требованиями                                                                                 | 2 |
| Источники информации оформлены <b>в точном соответствии с установленными</b> требованиями                                                                                             | 3 |
| <b>Критерий 9. Процедура защиты (компьютерная презентация)</b>                                                                                                                        |   |
| Требования к компьютерной презентации <b>грубо нарушены</b>                                                                                                                           | 1 |
| Требования к компьютерной презентации <b>частично нарушены</b>                                                                                                                        | 2 |
| Компьютерная презентация <b>полностью соответствует</b> требованиям                                                                                                                   | 3 |
| <b>Критерий 10. Процедура защиты (речь)</b>                                                                                                                                           |   |
| Речь участника <b>не соответствует</b> установленным требованиям публичного выступления                                                                                               | 1 |
| Речь участника <b>частично соответствует</b> установленным требованиям публичного выступления                                                                                         | 2 |
| Речь участника <b>полностью соответствуют</b> всем установленным требованиям публичного выступления                                                                                   | 3 |

**Важный момент.** В критериях № 8, 9, 10 упоминаются требования к оформлению источников, к компьютерной презентации и к речи на защите проекта. Обычно эти требования оговариваются заранее. Обсудите их со своим руководителем.

Сверьтесь с критериями по ходу работы, пользуйтесь ими как инструкцией и тогда вы ничего не упустите и сможете самостоятельно оценить свой проект. Чтобы понять, каким дол-

жен быть идеальный проект, прочитайте все самые «дорогие» дескрипторы каждого критерия. Вот они.

*Актуальность проблемы проекта убедительно обоснована. Цель чётко сформулирована и полностью соответствует заявленной проблеме. Задачи чётко сформулированы и полностью соответствуют цели проекта. Автор имеет глубокие познания, свободно ориентируется в теме проекта. Работа демонстрирует глубокий интерес,*



*собственный оригинальный взгляд автора на проблему проекта. Работа опирается на информацию из большого числа разнообразных источников. Проектный продукт полностью соответствует заявленной теме и может быть использован для решения поставленной проблемы проекта. Источники информации оформлены в точном соответствии с установленными требованиями. Качество компьютерной презентации и её использование в ходе защиты полностью соответствуют установленным требованиям. Речь участника и регламент выступления полностью соответствуют всем установленным требованиям публичного выступления.*

С критериями оценивания необходимо познакомиться в самом начале работы над проектом, это сделает вашу работу более эффективной.

**5. Сбор материалов и информации.** Работа над проектом предполагает использование большого объёма информации. Ваш проектный продукт, каким бы он ни был, должен быть снабжён правильно оформленным списком источников.

Ещё в недалёком прошлом поиск информации представлял серьёзные трудности — необходимо было просматривать большое количество книг и статей, а для этого зачастую посещать различные библиотеки. Сегодня есть Интернет, где можно без труда найти сведения по любому вопросу. Однако возникла новая проблема — достоверность. Когда вы находите какие-либо сведения, старайтесь их проверять. Для этого сравнивайте мнения различных авторов, уточняйте

те источники информации, по возможности консультируйтесь со специалистами. Кроме того, информация бывает важная и второстепенная. Выбирайте только то, что имеет прямое отношение к вашей работе. Список источников, который будет в письменной части в разделе «Источники информации», должен включать лишь те, которые вы использовали.

Только после того, как соберёте достаточно информации по теме своего проекта, вы сможете точно определить, что делать дальше, какой изготавливать проектный продукт, нужно ли проводить опыты или эксперименты (может быть, есть подробное описание их результатов в книгах или статьях), будете ли брать интервью у специалиста или ограничитесь чем-то другим. Собирая информацию, ведите запись источников, которыми пользуетесь.

Возможно, вам предстоит провести эксперимент или опыт, который потребует значительного времени. Обязательно ведите подробные записи его хода и результатов. Если планируете брать интервью, проводить опросы или какие-то другие исследования, учтите, что на это может уйти времени больше, чем вы предполагали. Помните, что слишком длительные процедуры могут привести к срыву графика работы. Подумайте, может быть, их целесообразно заменить чем-то другим.

Наконец у вас есть все необходимые для проекта материалы и информация. Теперь предстоит перейти к работе над проектным продуктом. Ещё раз

просмотрите критерий, который относится к этой части проекта. Им можно воспользоваться как инструкцией по созданию проектного продукта.

**6. Проектный продукт.** Проектный продукт — это то, что вы должны создать в результате своей работы над проектом. Проектный продукт является важнейшей частью проекта. Он так же, как и вся уже проделанная работа, направлен на решение проблемы проекта. Ещё раз напомним, что проектный продукт является материальным воплощением найденного вами пути решения проблемы проекта. Разнообразие видов проектных продуктов предоставляет вам широчайший простор для творчества и самовыражения. Важно помнить, что проектный продукт, должен представлять интерес и быть полезен всем, кто столкнётся с той проблемой, решению которой посвящён данный проект. Убедиться в этом поможет критерий № 7 «Качество проектного продукта».

**7. Защита проекта. Презентация.** Защита проектов происходит в форме краткого (обычно десятиминутного) публичного выступления, в ходе которого автор знакомит аудиторию с результатами своей работы. Проблемы, которые чаще всего возникают в ходе защиты, могут быть связаны с волнением, недостаточно отрепетированной речью, неумением вызвать интерес слушателей, нарушением регламента. Чтобы избежать этого, ознакомьтесь с нашими рекомендациями.

**Планируя своё выступление, следует:** заранее определить ключевые моменты, на которых надо будет сде-

лать упор, на их последовательность (таких моментов не должно быть много, чтобы не перегружать слушателей), планируя выступление, выпишите ключевые слова; попытайтесь не читать текст дословно, это слишком скучно для слушателей, обязательно запланируйте использование компьютерной презентации — она должна сопровождать выступление, подчёркивая ключевые моменты и помогать слушателям представить то, о чём идёт речь, в первых же словах своего выступления дайте слушателям понять, о чём пойдёт речь дальше, в заключение своего выступления ещё раз подчеркните главные мысли, которые были в нём изложены. Готовясь к выступлению, отрепетируйте его с демонстрацией презентации, проверьте готовность носителя информации, продумайте свой внешний вид и думайте об успехе.

**Как справиться с волнением.** Небольшое волнение перед выступлением даже полезно. Оно поможет сосредоточиться и собраться с силами. А вот слишком сильная тревога приводит к противоположному результату. Репетиция выступления поможет справиться со своим волнением и не дать ему превратиться в панику. Вот наши рекомендации: заранее продумайте все детали, присмотритесь к тому, как ведёт себя тот, кто хорошо справляется с публичным выступлением; копируйте его поведение, отрепетируйте своё выступление с хронометражем, чтобы точно уложиться в регламент, несколько глубоких вздохов перед началом выступления помогут унять волнение; думайте



*о тех, кто вас слушает, как если бы все они были вашими друзьями; сделайте акцент на том, что вам самому интересно, а не на том, что вызывает затруднения. Излишнее напряжение может привести к дрожи в руках, ногах и голосе — несколько простых физических упражнений на напряжение и расслабление мышц перед началом выступления помогут преодолеть это состояние; выступающий, который стоит на одном месте, постепенно начинает испытывать напряжение; движение поможет избежать этого; жесты и шаги вдоль стола или доски могут стать способом расслабления во время выступления (но не переусердствуйте в этом). Старайтесь установить зрительный контакт с аудиторией — это поможет вызвать симпатию слушателей; после выступления вам будут задавать вопросы, начинайте свой ответ с благодарности за вопрос, воспринимайте каждый вопрос как свидетельство интереса к вашему выступлению и к вам лично. Помните, дополнительные вопросы — это шанс ещё раз продемонстрировать свою эрудицию!*

**Использование компьютерной презентации.** Ваше выступление должно сопровождаться хорошо подготовленной компьютерной презентацией для того, чтобы: *привлечь внимание слушателей и поддерживать их*

*интерес; усилить смысл и значение ваших слов; проиллюстрировать то, что трудно воспринимать на слух (цифры, даты, имена, географические названия, специальные термины, графики, диаграммы и т.п.).*

Помните, ваше выступление не должно длиться дольше времени, предусмотренного регламентом! Ещё раз почитайте критерий оценивания выступления. Он показывает, что и как надо сделать, чтобы выступление было убедительным и получило высокий балл.

Освоив навыки проектирования, вы приобретёте неоценимый опыт не только для отдалённого будущего, но и для вашей сегодняшней учёбы. Вы научитесь оценивать проблему, преобразовывать её в цель своей работы, выстраивать план своих действий, реализовывать его, оценивать полученный результат. Вы также научитесь анализировать эффективность своей стратегии, видеть допущенные ошибки, понимать их причины и не допускать их в будущем. Согласитесь, это отличная основа для успеха в учёбе.

За годы учёбы в вузе вам предстоит выполнять различные виды самостоятельной работы: доклады, рефераты, презентации, курсовые и дипломные работы. Все они опираются на те навыки, которые вы получите, создав свой проект.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Ступницкая М.А. Проектная деятельность и развитие учебной мотивации у учащихся основного звена школы: автореф. дис. ... канд. психол. наук / М.А. Ступницкая; Моск. городской пед. ун-т. — М.: б.и., 2013. — 19 с.
2. Ступницкая М.А. Критериальное оценивание: что это такое и как оно работает // Школьные технологии. — 2014, № 6. — С. 129–151.