

красоты, и где-то одна девушка будет самой настоящей красавицей, и в тот же момент в другой стране на нее даже не взглянет никто.

С целью определения эталона красоты среди наших студентов, мы провели тестирование среди парней 1-3 курсов. Им было предложено пройти тест, где нужно было выбрать один из вариантов ответа, который, по их мнению, наиболее полно отражает идеал женской красоты.

Пускай мир продолжает высчитывать идеальные каноны женской красоты – любой канон окажется всего лишь очередным знаком эпохи. И новая эпоха всегда будет стремиться поменять этот знак на противоположный. Мир, состоящий из сплошных Барби невыносимо скучен, ведь главное не то, что мы видим, а как мы на это смотрим. В этом плане нет ничего хуже однообразия, даже если оно совершенно.

ЛИТЕРАТУРА

1. Букреева, И.А. Учебно-исследовательская деятельность школьников как один из методов формирования ключевых компетенций / И.А. Букреева, Н. А. Евченко // Молодой ученый. – 2012. – №8. – С. 309-312.

2. Скугаревский, О.А. Социальные факторы формирования негативного образа тела / О.А. Скугаревский, Ю.Г. Фролова // Социология. – 2004. – № 2. – С. 61-68.

УДК 378.182

Чичиков С.В.

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ КУРСОВ С ПОМОЩЬЮ МУЗЫКОТЕРАПИИ

БНТУ, Минск

Научный руководитель: Гончарова Е.П.

Высшая школа находится сегодня в условиях, которые жёстко диктуются заказчиками молодых специалистов и возрастающей конкуренцией на рынке труда.

Психолого-педагогический портрет современного первокурсника складывается из следующих показателей (Е.Р. Исаева):

- высокая индивидуальная тревожность, впечатлительность, склонность к рефлексии и низкая стрессоустойчивость;
- высокий уровень принятия себя, сформированность высоких запросов при отсутствии способов и навыков разрешения проблем, низкий уровень саморегуляции;
- неспособность организовать свое время; частая смена целей; малореалистичность планирования будущего.

В последнее время в разных странах разрабатываются музыкотерапевтические программы для студенческой аудитории, целью которых является помощь в адаптации на первых годах обучения. Воздействие музыки на человека имеет разносторонний характер, однако сила влияния остается очевидной. Реакции человека на музыку возникают благодаря вегетативной нервной системе, которая контролирует функции внутренних органов, желез, сосудов и неподконтрольна сознанию. После восприятия звука наша реакция на раздражение облекается в форму определенного, зримо наблюдаемого поведения.

В исследованиях, посвященных изучению воздействия различных раздражений на органы чувств, было выявлено, что наиболее сильное воздействие на эмоции оказывают звуковые раздражения. В некоторых исследованиях вся музыка условно делится на два типа: *эрготропная* и *трофотропная*.

Эрготропная музыка – это музыка, в которой преобладающим является пунктирный ритм; идет постепенное ускорение; основной лад – мажорный; имеют место диссонансы; наиболее распространенным динамическим оттенком является «форте» (то есть громко). Воздействуя на человека, эрготропная музыка, как правило, приводит к повышению артериального давления, учащению пульса и дыхания, ритмическому сокращению мускулатуры, расширению зрачков; повышенной чувствительности кожных покровов. Эрготропная музыка

преимущественно позитивно воспринимается студенческой аудиторией, позволяя уходить от мышечного и нервного напряжения, переутомления, отрицательных эмоций и погружаться в бодрое и радостное состояние. Опасной эрготропную музыку может сделать сам человек, если ее громкость превышает нормы восприятия.

Трофотропная музыка, в отличие от эрготропной, вызывает чувства релакса и успокоения. Трофотропная музыка имеет ненавязчивый ритмический рисунок; преобладание консонансов (то есть благозвучия), минорного лада; нежную и напевную мелодию; гармоничное и легатное (то есть связанное) звучание. Трофотропная музыка способствует нормализации артериального давления; выравниванию дыхания, стабилизации пульса; расслаблению мускулатуры; уменьшению раздражения кожи; возникновению чувства успокоенности, связанного с ощущением удовольствия.

УДК 378.091

Шакаль Д.В.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЕТЕНТНОСТНОГО ПОДХОДА В ОБРАЗОВАНИИ

БНТУ, Минск

Научный руководитель: Плевко А.А.

На современном этапе развития системы образования в Республике Беларусь приоритетной задачей является повышение его качества, что выступает основой формирования социально зрелой творческой личности. Этому способствует такая организация образовательного процесса, которая осуществляется на основе и в сочетании личностно ориентированного, деятельностного, компетентностного подходов.

Реализация компетентностного подхода в образовании имеет свою историю и особенности, связанные со спецификой развития систем образования. С 60-70 годов в США, с 70-80 годов XX века в Западной Европе стали применяться