

альную потребность в энергии и пищевых веществах, производят расчеты индивидуального питания по энергетической ценности, пищевым и биологически активным веществам, делают анализ рационов питания и дают гигиеническую оценку его полноценности. На основании анализа собственных данных делается заключение и даются рекомендации по устранению выявленных в питании недостатков.

Полученные теоретические знания и практические навыки позволяют студентам составлять суточные рационы, соответствующие физиологическим требованиям, а также разрабатывать примерные суточные наборы продуктов для реализации в конкретном магазине. Все лабораторные занятия взаимосвязаны и представляют собой единое целое в общем комплексе исследований по изучению фактического питания с разработкой рекомендаций по его рационализации. Студенты ответственно подходят к проведению таких занятий.

Таким образом, лабораторные занятия по научным основам питания являются научно-исследовательской работой с присущими ей элементами.

*Г.В. Толкач, БГЭУ (Минск)*

### **ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

При переходе на четырехлетний план обучения возникает необходимость самостоятельного изучения большей части курса. Задача преподавателя состоит в том, чтобы управлять самостоятельной работой студентов, создавать для нее наиболее благоприятные условия. Успех самостоятельной работы возможен при использовании разнообразных форм, традиционных и новых, но направляемых преподавателями и объективно контролируемых.

Увеличение доли самостоятельной работы в учебном процессе должно происходить постепенно при создании условий, обеспечивающих наибольшую эффективность этой работы; обеспечения учебной литературой, методическими пособиями; создания необходимых условий для самостоятельной работы в общежитиях, биб-

литеке и учебных классах в свободное от аудиторных занятий время.

Перед высшей школой стоит задача формирования у студентов стремления к постоянному самообразованию и способности к усвоению новых знаний. Опыт показывает, что сформированные в школе навыки недостаточны для активной самостоятельной работы студента как во время лекций, так и при подготовке к практическим и семинарским занятиям. Эта задача может быть решена только тогда, когда студент с первых дней обучения в вузе будет поставлен в условия, побуждающие его к активной самостоятельной деятельности. Эти условия могут быть созданы на основе совершенствования методического руководства самостоятельными учебными занятиями студентов путем создания единой системы методических материалов, объединенных в учебно-методические комплексы по специальностям и дисциплинам.

Средством активизации самостоятельной работы студентов является привлечение их к исследовательской работе. На кафедре необходимо разработать перечень тем рефератов, которые должны быть подобраны так, чтобы студент исследовал экономическую литературу не только белорусских, но и зарубежных авторов. Написание реферата требует от студента проявления творчества в выборе материала, способствует усвоению необходимой терминологии и развитию культуры речи.

Большое внимание необходимо уделять повышению эффективности самостоятельной работы студентов-заочников. Как известно, специфика заочного обучения заключается в том, что основой обучения заочника в вузе является его самостоятельная работа над учебным материалом. В связи с этим эффективность самостоятельной работы студентов-заочников в большой мере зависит от контакта студента с преподавателем, возможности проконсультироваться, выяснить вопросы. Серьезное внимание следует уделять повышению эффективности установочных сессий, улучшению их качества, усилению целенаправленности. Таким образом, эффективность самостоятельной работы студентов-заочников зависит от ряда факторов: качества аудиторных занятий, организации установочных сессий, содержания заданий для самостоятельной работы, связи их с производственной деятельностью студента, методического обеспечения, системы консультирования и др.