

Программа курса ИСТОРИЯ ПОМЕСТНЫХ ЦЕРКВЕЙ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Цели и задачи дисциплины

Цель данной дисциплины – формирование у студентов целостного представления о истории Поместных Церквей, об их взаимоотношениях с государством, иными христианскими конфессиями и нехристианским миром в истории.

Задачи дисциплины:

- 1) ознакомить учащихся с основной проблематикой курса;
- 2) дать понятие об автокефальных и автономных Церквях;
- 3) показать учащимся процесс развития основных административных центров Православной Церкви с последующим образованием из них сообщества Поместных Православных Церквей;
- 4) познакомить слушателей с историей, современным внутренним и внешним положением Поместных Православных Церквей;
- 5) дать представление об информационном обеспечении дисциплины.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

«История Поместных Церквей» тесно связана с такими дисциплинами, как «История древней христианской Церкви». Актуальность преподавания курса «История Поместных Церквей» будущим православным теологам обусловлена необходимостью подготовки квалифицированного специалиста, знающего основные события и личности, проблемы истории Поместных Православных Церквей.

3. Требования к результатам освоения программы

В процессе обучения студенты должны приобрести знания о становлении и развитии патриархатов Поместных Православных Церквей, овладеть приемами и навыками работы с литературой и источниками по истории Поместных Церквей, составления схем и таблиц. Данный курс предполагает посещение лекций и знание излагаемого на них материала, а также посещение семинарских занятий. Выпускник, освоивший программу, должен обладать способностью использовать основы теологических знаний в процессе духовнонравственного развития.

Использовать базовые знания в области теологии при решении профессиональных задач.

В результате изучения дисциплины студент должен знать:

- периодизацию истории поместных церквей, их перечень;

- основные концепции дисциплины;
- перечень поместных Церквей;
- основные термины и понятия дисциплины;
- периодизацию истории поместных церквей, их перечень;
- устройство поместных церквей, их сходство и различия;
- историю возникновения восточных патриархатов;
- уметь: использовать знания по дисциплине в процессе духовно-нравственного развития;
- осуществлять комплексный анализ особенностей богослужебной жизни Поместных Церквей;
- определять и оценивать важнейшие современные тенденции развития Поместных Церквей;
- дать характеристику поместным православным церквям, показав единство Православия;
- владеть: умением интерпретировать и оценивать богословские споры в истории поместных церквей;
- поисково-информационными и научно-познавательными навыками;
- умением применять полученные при изучении данной дисциплины знания при решении профессиональных задач;
- навыками анализа ересей и сект в истории поместных церквей;
- умением интерпретировать и оценивать богословские споры в истории поместных церквей.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ТЕМЫ И КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ КУРСА

Тема 1. Введение в предмет.

Деление в Православии на Поместные Церкви при принципиальном единстве Церкви Христовой. Евангельские, исторические и канонические основания такого деления. Самостоятельность и свобода Поместных Церквей. Единство в вере и каноническом учении. Понятие об автокефалии и автономии. Основные церковные центры в древней Церкви (I–III вв.). Теория пентархии. От гонений к росту. Церковное устройство. Распространение на Запад и на Восток. Диптих.

Тема 2. Константинопольский патриархат.

Краткий исторический очерк. История основания Константинопольской Церкви. Расхождение между Константинополем и Римом. Константинопольская Церковь в условиях турецкого господства. Попытки проведения всеправославных реформ. Притеснения православных со стороны турецких властей. Роль Константинопольского Патриархата. Современное устройство и жизнь Константинопольского Патриархата. Каноническое устройство. Предстоятель и Синод Константинопольской Церкви. Монастыри Константинопольского Патриархата. Духовное образование в

Константинопольской Церкви. Участие К.П. во всеправославных совещаниях, экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью. Эстонская проблема. Современное состояние патриархата. Духовное просвещение и особенности богослужения. Святые и Монастыри.

Тема 3. Александрийский патриархат.

Краткий исторический очерк. История основания Александрийской Церкви и первые века ее существования. Александрийская Церковь в период арабского господства и крестовых походов. Александрийская Церковь в период турецкого господства. Возрождение Александрийской Церкви в XX в. Современное устройство и жизнь Александрийского Патриархата. Каноническое устройство. Предстоятель и Синод Александрийской Церкви. Духовное образование в Александрийской Церкви. Участие во всеправославных совещаниях, экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью. Современное состояние патриархата. Духовное просвещение и особенности богослужения. Святые и Монастыри.

Тема 4. Антиохийский патриархат.

Краткий исторический очерк. История основания Антиохийской Церкви и первые века ее существования. Антиохийская Церковь в XIII–XIX в. Антиохийская Церковь в XX в. Современное устройство и жизнь Антиохийского Патриархата. Каноническое устройство. Предстоятель и Синод Антиохийской Церкви. Монастыри и святые Антиохийского Патриархата. Духовное образование в Антиохийской Церкви. Участие во всеправославных совещаниях, экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью. Современное состояние патриархата. Духовное просвещение и особенности богослужения.

Тема 5. Иерусалимский патриархат.

Краткий исторический очерк. История основания и первых веков существования Иерусалимской Церкви. Иерусалимская церковь в период арабского господства и крестовых походов. Иерусалимская Церковь в XIII–XX в.в. Современное устройство и жизнь Иерусалимского Патриархата. Каноническое устройство, Синод и предстоятель Иерусалимской Церкви. Святые Иерусалимского Патриархата. Духовное образование в Иерусалимской Церкви. Участие И.П. во всеправославных совещаниях, экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью. Современное состояние патриархата. Церковное управление, духовное просвещение и богослужение.

Тема 6. Грузинская Православная Церковь.

Предания об апостольской проповеди в пределах Грузии. Св. равноап. Нина. Первый расцвет Грузинской Церкви в IV–V вв. Иноземные вторжения. Новый расцвет в XII–XIII вв. Разделение страны и Церкви в XIV в. Присоединение

Грузии к России и подчинение Грузинской Церкви Святейшему Синоду. Грузинская Церковь в XIX начале XX вв. Восстановление ее автокефалии в 1917 г. Восстановление общения с Русской Церковью. Современное положение Грузинской Церкви. Грузинские святые. Выдающиеся предстоятели и другие деятели Грузинской Церкви. Храмы и монастыри Грузии. Церковное управление. Духовное просвещение и богослужение. Участие Г.П.Ц. во всеправославных совещаниях, экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью.

Тема 7. Сербская Православная Церковь.

Христианство на территории Югославии до прихода славян. Христианизация сербов. Св. Савва и автокефалия Сербской Церкви. Печский патриархат. Упразднение его в 1766. Освобождение Сербии от турок и восстановление автокефалии в XIX в. Исход сербов в Австрию в 1690. Карловацкая Церковь. Церковь в Далмации, Боснии и Герцеговине. Черногорская Церковь. Объединение югославских народов после I Мировой войны и воссоединение ветвей сербского Православия. Страдания православных сербов в годы II Мировой войны и после распада Югославии в 90-е гг. Современное состояние Сербской Церкви. Сербские святые. Выдающиеся предстоятели, иерархи и богословы Сербской Церкви. Замечательные югославские храмы и монастыри. Македонская Церковь. Македонский вопрос в XIX- нач. XX в. Автономия и самочинная автокефалия Македонской Церкви, ее нынешнее положение. Церковное управление. Духовное просвещение и богослужение. Участие С.П.Ц. во всеправославных совещаниях, экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью. Зарубежная паства.

Тема 8. Румынская Православная Церковь.

Христианство на территории Румынии в первые века. Исторические связи Румынии с греками и славянами. Особое положение Валахии и Молдовы в Турецкой империи. Освобождение Дунайских княжеств в XIX в. самочинное провозглашение автокефалии Румынской Церкви и последующее признание ее Константинополем. Церковная жизнь румын в Австрии: Трансильвания и Буковина. Воссоединение румынского народа после I Мировой войны и учреждение в Румынии патриаршества и канонический строй Румынской Церкви. Церковь в Румынии в годы социализма и в последние годы. Временное управление Румынской Церковью русской иерархии в начале XIX в. И присоединение к России Бессарабии. Бессарабия в составе Румынии между мировыми войнами. Неканонические действия Румынской Церкви в Республике Молдове. Трансильванские униаты в прошлом и настоящем. Святые Румынской Церкви. Ее выдающиеся предстоятели и другие деятели. Монашество и монастыри. Духовное просвещение и особенности богослужения. Участие Р.П.Ц. в экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью. Зарубежная паства.

Тема 9. Болгарская Православная Церковь.

Христианство на территории Болгарии до прихода славян. Крещение Болгарии при св. Борисе – Михаиле. Ученики свв. Кирилла и Мефодия и расцвет славянской культуры. Возведение Болгарской Церкви в ранг Патриархата и признание этого ее статуса Константинополем при св. Петре в 927 г. Низведение ее в ранг Архиепископии имп. Василием II. Охридская Церковь до 1767 г. Возникновение в конце XII в. Тырновского Патриархата и его последующее признание Византией. Турецкое завоевание и подчинение Тырновской Церкви Константинопольской юрисдикции. Пробуждение болгарского национального сознания. Борьба болгар в XIX в. За церковную самостоятельность. Султанский фирман 1870 г. и схизма 1872 г. Борьба за политическое освобождение от турок в XIX - нач. XX в. Прекращение схизмы в 1945 г. Восстановление Патриаршества в 1953 г. Современное состояние Церкви и деятельность раскольников. Болгарские святые. Выдающиеся первоиерархи и другие церковные деятели. Церковное управление. Монашество и монастыри. Духовное просвещение и особенности богослужения. Участие Б.П.Ц. в экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью. Зарубежная паства.

Тема 10. Кипрская Православная Церковь.

Проповедь христианства на Кипре в апостольский век. Утверждение кипрской автокефалии на III Вселенском и Пято-Шестом Соборах. Латинское господство: порабощение греческой Церкви. Турецкое господство; террор 1821 г. Английское господство и борьба за независимость. Система этнархии: первый Президент Кипра Архиепископ Макарий. Схизма 1973 г. Мятеж 1974 г. и оккупация северного Кипра турками. Схизма после смерти Архиепископа Макария. Современное положение Церкви. Святые, иерархи, церковные деятели, монастыри. Церковное управление. Духовное просвещение и особенности богослужения. Участие К.П.Ц. в экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью.

Тема 11. Элладская Православная Церковь.

История христианства в Элладе от апостолов до начала XIX в. - века гонений, христианская империя. Славяне в Элладе, латинское завоевание в XIII в., турецкое – в XV. Борьба против турок, и создание независимого Элладского государства. Самочинное провозглашение автокефалии и последующее признание ее Константинополем. Рост территории Греции в XIX - начале XX в. Юрисдикция Вселенской Патриархии на территории Греции. Вопрос о перемещаемости архиереев. Богословское образование и духовное просвещение («Апостольская Дიაкония», богословские братства). Современное состояние Церкви и старокалендарные расколы. Наиболее чтимые святые. Выдающиеся первоиерархи, другие церковные деятели. Замечательные монастыри и храмы. Положение в государстве. Церковное управление. Монашество и монастыри. Духовное просвещение и особенности

богослужения. Участие Э.П.Ц. в экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью.

Тема 12. Албанская Православная Церковь.

История Албанской Церкви. Турецкое завоевание Албании и конфессиональное разделение албанского народа. Национальное пробуждение албанцев в XIX в. Освобождение Албании от турок и национализм в албанском православии. Борьба греческой и сербской ориентации в 20-е-30-е гг. Предоставление Константинополем автокефалии Албанской Церкви в 1937. Антирелигиозная борьба в 60-е гг. Возрождение Православия в 90-е гг. Выдающиеся деятели Албанской Церкви. Албанские Церкви в Диаспоре.

Тема 13. Польская Православная церковь.

История Польской Церкви. История взаимоотношений Польши и России. Православие в Польше в 1921 г. Курс польских властей на автокефалию Православной Церкви в Польше и противодействие этому православного народа и части духовенства. Константинопольский Патриархат в 1925 г. Не канонически провозглашает автокефалию. Гонения на Православие в довоенной Польше. Искусственная украинизация. Автокефалистские течения на территориях довоенной Польши под германской оккупацией в годы войны и последующая их участь в эмиграции. Предоставление Польской Церкви автокефалии Русскою Церковью в 1948 г. Современное состояние, выдающиеся иерархи, монастыри. Церковное управление. Духовное просвещение. Монастыри. Участие П.П.Ц. в экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью.

Тема 14. Православная Церковь Чехии и Словакии.

История Чехословацкой Церкви. Традиция свв. Кирилла и Мефодия. Сочувствие Православию в Чехии и Карпатской Руси в XIX - нач. XX в. Православие в Чехословакии после 1918 г.: русская эмиграция, переход в Православие униатов карпатороссов, миссионерская работа Сербской Церкви, создание в ее юрисдикции Чешской Православной Церкви. Служение св. Горазда и его мученическая кончина в 1942 году. Объединение чехословацкого Православия после II Мировой войны. Русская Церковь предоставляет в 1951 г. автокефалию Чехословацкой Церкви. Упразднение унии в 1950 г. и восстановление ее в 1968 г. Современное положение Православия в Чехии и Словакии. Первоиерархи автокефальной Церкви. Церковное управление. Духовное просвещение. Участие П.Ц.Ч.С. в экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью.

Тема 15. Православная Церковь в Америке.

История П.Ц.А. до 1917 г. Русская миссия на Алеутских островах и на Аляске. Русская епархия. Преп. Герман, свт. Иннокентий и Тихон. Переход в Православие украинских и карпаторусских униатов. Наплыв в Америку

православных эмигрантов и возникновение параллельных юрисдикции. Неканоническое «самоуправление» русской Митрополии при митр. Платоне. Попытки урегулировать канонический статус Митрополии; получение в 1970 г. автокефалии от Русской Православной Церкви. Реакция на этот акт других Православных Церквей. Современное положение православия в Америке. Первоиерархи ПЦА, выдающиеся богословы, богословское образование. Церковное управление. Духовное просвещение. Монастыри. Участие П.П.Ц. в экуменической деятельности. Связи с Русской Православной Церковью.

ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ И КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЯ

Тема 1. Введение в предмет.

1. Раскройте исторические условия возникновения восточных православных патриархатов.

Тема 2. Первые Поместные Церкви.

1. В чем особенности возвышения Константинопольской кафедры.
2. Перечислите первые патриархаты.

Тема 3. Внешняя и внутренняя церковная жизнь в Византийской империи (1054–1453 гг.).

1. Охарактеризуйте особенности Александрийского и Антиохийского патриархатов с точки зрения их богословских школ.
2. Какие из предстоятелей Православных Церквей носили титул «папа».
3. Расскажите об истории образования афонской «монашеской республики».

Тема 4. Восточная Церковь под турецким игом (XV–XIX вв.).

1. Каковы были особенности положения православных патриархатов на Востоке в условиях мусульманского владычества.
2. Расскажите о святом Косме Этолийском.

Тема 5. Константинопольский патриархат.

1. Расскажите о афонских монастырях (не менее пяти) и об организации управления Афоном.
2. Охарактеризуйте политику Константинопольского патриархата в XX веке.

Тема 6. Александрийский патриархат.

1. Расскажите о наиболее выдающихся предстоятелях Александрийского патриархата.

Тема 7. Антиохийский Патриархат.

1. Расскажите о наиболее выдающихся предстоятелях Антиохийского патриархата.

Тема 8. Иерусалимский патриархат.

1. Расскажите о наиболее выдающихся предстоятелях Иерусалимского патриархата.

2. Расскажите об основании русской духовной миссии в Иерусалиме.

Тема 9. Грузинская Православная Церковь.

1. Расскажите о просвещении Грузии св. равноап. Ниной.

2. Расскажите об истории включения Грузинской Православной Церкви в состав русской Православной Церкви.

Тема 10. Сербская Православная Церковь.

1. Расскажите о истории просвещения Сербии.

2. Что такое «косовский завет»

Тема 11. Румынская Православная Церковь.

1. Расскажите о просвещении Румынии православием.

Тема 12. Болгарская Православная Церковь.

1. Расскажите о св. равноап. Кирилле и Мефодии в Болгарии.

Тема 13. Кипрская Православная Церковь.

1. Что вы знаете о Кипрской Православной Церкви

2. Расскажите о епископе Макариосе и его президентстве на Кипре (1959–1977), как это событие объяснить с точки зрения церковных канонов

Тема 14. Элладская Православная Церковь.

1. Каково значение Морейского восстания в истории Греции

2. В чем заключались особенности положения Элладской православной церкви после 1850 г.

Тема 15. Албанская Православная Церковь.

1. Охарактеризуйте положение Албанской православной церкви в условиях коммунистических гонений на религию.

Тема 16. Польская Православная церковь.

1. Расскажите о истории Польской Православной Церкви.

Тема 17. Православная Церковь Чехии и Словакии.

1. Расскажите об истории Православной Церкви Чехии и Словакии.

Тема 18. Православная Церковь в Америке.

1. Расскажите об истории возникновения Православия в США.
2. Охарактеризуйте современные Православные Церкви Америки.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Требования к проведению экзамена .

На экзамене студент должен ответить на вопросы указанные в билете и, при необходимости, на дополнительные вопросы преподавателя.

Требования к ответу на экзамене

При выставлении экзаменационной оценки преподаватель оценивает:

- четкое и безошибочное знание студентом исторических событий, фактов и исторических лиц по темам, указанным в билетах;
- умение студента указать предпосылки возникновения того или иного исторического события и указать последствия события для Поместной Православной Церкви;
- умение студента сделать выводы о том, какие последствия на духовную, литургическую жизнь, а так же каноническое устройство Поместной Православной Церкви оказали приведенные в билете исторические события;
- умение сформулировать позицию Поместной Православной Церкви по приведенным в билете вопросам.

Подготовка к тестированию

Для подготовки к тестированию необходимо использовать материалы лекций, практических занятий, рекомендованную литературу, а также познакомиться с правилами тестирования и рассмотреть пример тестового задания. Тестовые задания можно разделить на две группы:

- тестовые задания закрытого типа (каждый вопрос сопровождается готовыми вариантами ответов, из которых необходимо выбрать один или несколько правильных);
- тестовые задания открытого типа (на каждый вопрос испытуемый должен предложить свой ответ: дописать слово, словосочетание, предложение, знак, формулу и т.д.).

Выбор типа и вида тестового задания определяется, прежде всего, целями, в соответствии с которыми проводится тестирование, характером материала, усвоение которого необходимо выявить. Немаловажное значение играет ресурсное обеспечение, а также запас времени, которым располагает разработчик.

- Множественный выбор - испытуемому необходимо выбрать один или несколько правильных ответов из приведенного списка

- Альтернативный выбор - испытуемый должен ответить «да» или «нет»
- Установление соответствия - испытуемому предлагается установить соответствие элементов двух списков
- Установление последовательности - испытуемый должен расположить элементы списка в определенной последовательности
- Свободное изложение - испытуемый должен самостоятельно сформулировать ответ; никакие ограничения на них в задании не накладываются
- Дополнение - испытуемый должен сформулировать ответы с учетом предусмотренных в задании ограничений (например, дополнить предложение).

Подготовка к сдаче экзаменов и зачетов

Экзамен – одна из важнейших частей учебного процесса, имеющая огромное значение.

Во-первых, готовясь к экзамену, студент приводит в систему знания, полученные на лекциях, разбирается в том, что осталось непонятным, и тогда изучаемая им дисциплина может быть воспринята в полном объеме с присущей ей строгостью и логичностью, ее практической направленностью.

Во-вторых, каждый хочет быть волевым и сообразительным, выдержанным и целеустремленным, иметь хорошую память, научиться быстро находить наиболее рациональное решение в трудных ситуациях. Очевидно, что все эти качества не только украшают человека, но и делают его наиболее действенным членом коллектива. Подготовка и сдача экзамена помогают студенту глубже усвоить изучаемые дисциплины, приобрести навыки и качества, необходимые хорошему специалисту.

Конечно, успех на экзамене во многом обусловлен тем, насколько систематически и глубоко работал студент в течение семестра. Совершенно очевидно, что серьезно продумать и усвоить содержание изучаемых дисциплин за несколько дней подготовки к экзамену просто невозможно даже для очень способного студента. И, кроме того, хорошо известно, что быстро выученные на память разделы учебной дисциплины так же быстро забываются после сдачи экзамена.

При подготовке к экзамену студенты не только повторяют и дорабатывают материал дисциплины, которую они изучали в течение семестра, они обобщают полученные знания, осмысливают методологию предмета, его систему, выделяют в нем основное и главное, воспроизводят общую картину с тем, чтобы яснее понять связь между отдельными элементами дисциплины. Вся эта обобщающая работа проходит в условиях напряжения

воли и сознания, при значительном отвлечении от повседневной жизни, т. е. в условиях, благоприятствующих пониманию и запоминанию.

Подготовка к экзаменам состоит в приведении в порядок своих знаний. Даже самые способные студенты не в состоянии в короткий период зачетно-экзаменационной сессии усвоить материал целого семестра, если они над ним не работали в свое время. Для тех, кто мало занимался в семестре, экзамены принесут мало пользы: что быстро пройдено, то быстро и забудется. И, хотя в некоторых случаях студент может «проскочить» через экзаменационный барьер, в его подготовке останется серьезный пробел, трудно восполняемый впоследствии.

Студенты, работавшие в семестре по плану, подходят к экзаменационной сессии без напряжения, без излишней затраты сил.

Подготовку к экзамену следует начинать с первого дня изучения дисциплины. Как правило, на лекциях подчеркиваются наиболее важные и трудные вопросы или разделы дисциплины, требующие внимательного изучения и обдумывания. Нужно эти вопросы выделить и обязательно постараться разобраться в них, попробовать самостоятельно решить несколько типовых задач. И если, несмотря на это, часть материала осталась неувоенной, ни в коем случае нельзя успокаиваться, надеясь на то, что это не попадет на экзамене. Факты говорят об обратном: если те или другие вопросы учебной дисциплины не вошли в экзаменационный билет, преподаватель может их задать (и часто задает) в виде дополнительных вопросов.

Точно такое же отношение должно быть выработано к вопросам и задачам, перечисленным в программе учебной дисциплины, выдаваемой студентам в начале семестра. Обычно эти же вопросы и аналогичные задачи содержатся в экзаменационных билетах. Не следует оставлять без внимания ни одного раздела дисциплины; если не удалось в чем-то разобраться самому, нужно обратиться к товарищам; если и это не помогло выяснить какой-либо вопрос до конца, нужно обязательно задать этот вопрос преподавателю. Чрезвычайно важно приучить себя к умению самостоятельно мыслить, учиться думать, понимать суть дела. Очень полезно после проработки каждого раздела восстановить в памяти содержание изученного материала, кратко записав это на листе бумаги, создать карту памяти (умственную карту), изобразить необходимые схемы и чертежи (логико-графические схемы), например отобразить последовательность вывода теоремы или формулы. Если этого не сделать, то большая часть материала останется не понятой, а лишь формально заученной, и при первом же вопросе экзаменатора студент убедится в том, насколько поверхностно он усвоил материал.

В период экзаменационной сессии происходит резкое изменение режима работы, отсутствует посещение занятий по расписанию. При всяком изменении режима работы очень важно скорее приспособиться к новым условиям. Поэтому нужно сразу выбрать такой режим работы, который сохранился бы в течение всей сессии, т. е. почти на месяц. Необходимо

составить для себя новый распорядок дня, чередуя занятия с отдыхом. Для того чтобы сократить потерю времени на включение в работу, рабочие периоды целесообразно делать длительными, разделив день примерно на три части: с утра до обеда, с обеда до ужина и от ужина до сна.

Каждый рабочий период дня надо заканчивать отдыхом. Наилучший отдых в период экзаменационной сессии - прогулка, кратковременная пробежка или какой-либо неустойчивый физический труд.

При подготовке к экзаменам основное направление дают программа учебной дисциплины и студенческий конспект, которые указывают, что наиболее важно знать и уметь делать. Основной материал должен прорабатываться по учебнику (если такой имеется) и учебным пособиям, так как конспекта далеко недостаточно для изучения дисциплины. Учебник должен быть изучен в течение семестра, а перед экзаменом сосредоточьте внимание на основных, наиболее сложных разделах. Подготовку по каждому разделу следует заканчивать восстановлением по памяти его краткого содержания в логической последовательности.

Очень важным условием для правильного режима работы в период экзаменационной сессии является нормальный сон. Подготовка к экзамену не должна идти в ущерб сну, иначе в день экзамена не будет чувства свежести и бодрости, необходимых для хороших ответов. Вечер накануне экзамена рекомендуем закончить небольшой прогулкой.

Основные советы для подготовки к сдаче зачетов и экзаменов состоят в следующем:

- лучшая подготовка к зачетам и экзаменам - равномерная работа в течение всего семестра;
- используйте программы учебных дисциплин - это организует вашу подготовку к зачетам и экзаменам;
 - учитывайте, что для полноценного изучения учебной дисциплины необходимо время;
- составляйте планы работы во времени;
- работайте равномерно и ритмично;
- все зачеты необходимо сдавать до начала экзаменационной сессии;
- помните, что конспект не заменяет учебник и учебные пособия, а помогает выбрать из него основные вопросы и ответы;
- при подготовке наибольшее внимание и время уделяйте трудным и непонятным вопросам учебной дисциплины;
- соблюдайте правильный режим труда и отдыха во время сессии, это сохранит работоспособность и даст хорошие результаты;
- учитесь владеть собой на зачете и экзамене;
- учитесь точно и кратко передавать свои мысли, поясняя их, если нужно, логикографическими схемами.

