

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

11.2 ТЕХНОЛОГИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПРОФИЛЮ ПОДГОТОВКИ **Методы активного социально-психологического обучения**

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	S1 Социальной педагогики и социальной работы		
Учебный план	44.03.02 Психология и социальная педагогика (о, 2026)+.plx 44.03.02 Психолого-педагогическое образование Направленность (профиль) образовательной программы Психология и социальная педагогика		
Квалификация	Бакалавр		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	2 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	72	Виды контроля в семестрах:	
в том числе:			
аудиторные занятия	0		
самостоятельная работа	39,85		
контактная работа во время промежуточной аттестации (ИКР)	0		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
Неделя	10 4/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	14	14	14	14
Практические	18	18	18	18
Контроль на промежуточную аттестацию (экзамен)	0,15	0,15	0,15	0,15
В том числе в форме практ.подготовки	18		18	
Итого ауд.	32	32	32	32
Контактная работа	32,15	32,15	32,15	32,15
Сам. работа	39,85	39,85	39,85	39,85
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

кандидат педагогических наук, доцент кафедры социальной педагогики и социальной работы, Шик С.В.

Рабочая программа дисциплины

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 122)

составлена на основании учебного плана:

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Психология и социальная педагогика

утвержденного учёным советом вуза от 24.06.2026 протокол № .

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Протокол от 06.05.2026 г. № 8

Зав. кафедрой Фурьева Т.В.

Согласовано с представителями работодателей на заседании НМС УГН(С), протокол № ____ от ____ 20__ г.

Председатель НМС УГН(С)

____ 2026 г.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

углубить теоретические знания студентов о социально-психологической природе групп и сформировать способность использовать современные методы и техники активного социально- психологического обучения в профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.ОДП.08.02
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Технологии социального образования
2.1.2	Социальная и образовательная политика
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ОПК-6: Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

ОПК-6.1: Знает: законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы игровой деятельности в части учета индивидуализации образования

Знать:

Уровень 1	Осведомлен о законах развития личности и проявления личностных свойств, психологических законах периодизации и кризисов развития; психолого-педагогическими технологиями индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогических основах игровой деятельности в части учета индивидуализации образования
Уровень 2	Частично осведомлен о законах развития личности и проявления личностных свойств, психологических законах периодизации и кризисов развития; психолого-педагогическими технологиями индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогических основах игровой деятельности в части учета индивидуализации образования
Уровень 3	Недостаточно осведомлен о законах развития личности и проявления личностных свойств, психологических законах периодизации и кризисов развития; психолого-педагогическими технологиями индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогических основах игровой деятельности в части учета индивидуализации образования

Уметь:

Уровень 1	Умеет использовать законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы игровой деятельности в части учета индивидуализации образования
Уровень 2	Частично умеет использовать законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы игровой деятельности в части учета индивидуализации образования
Уровень 3	Недостаточно умеет использовать законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы игровой деятельности в части учета индивидуализации образования

Владеть:

Уровень 1	Способен анализировать законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы игровой деятельности в части учета индивидуализации образования
Уровень 2	Частично способен анализировать законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы игровой деятельности в части учета индивидуализации образования

	психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; составлять (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося; применять специальные технологии и методы, направленные на преодоление трудностей в освоении образовательной программы; осуществлять психолого-педагогическое просвещение родителей (законных представителей) по вопросам развития детей
Уровень 2	Частично способен анализировать и оценивать особенности гендерного развития обучающихся для планирования учебно-воспитательной работы; применять психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; составлять (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося; применять специальные технологии и методы, направленные на преодоление трудностей в освоении образовательной программы; осуществлять психолого-педагогическое просвещение родителей (законных представителей) по вопросам развития детей
Уровень 3	Недостаточно способен анализировать и оценивать особенности гендерного развития обучающихся для планирования учебно-воспитательной работы; применять психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; составлять (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося; применять специальные технологии и методы, направленные на преодоление трудностей в освоении образовательной программы; осуществлять психолого-педагогическое просвещение родителей (законных представителей) по вопросам развития детей
ОПК-6.3: Владеет: действиями (навыками) учета особенностей гендерного развития обучающихся в проведении индивидуальных воспитательных мероприятий; действиями (навыками) использования психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся, в том числе с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) разработки (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка; действиями (навыками) понимания документации специалистов (психологов, дефектологов, логопедов и т.д.); действиями (навыками) разработки и реализации индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуальных программ развития и индивидуально-ориентированных образовательных программ с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся	
Знать:	
Уровень 1	Информирован об особенностях гендерного развития обучающихся в проведении индивидуальных воспитательных мероприятий; действиями (навыками) использования психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся, в том числе с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) разработки (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка; действиями (навыками) понимания документации специалистов (психологов, дефектологов, логопедов и т.д.); действиями (навыками) разработки и реализации индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуальных программ развития и индивидуально-ориентированных образовательных программ с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся
Уровень 2	Частично информирован об особенностях гендерного развития обучающихся в проведении индивидуальных воспитательных мероприятий; действиями (навыками) использования психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся, в том числе с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) разработки (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка; действиями (навыками) понимания документации специалистов (психологов, дефектологов, логопедов и т.д.); действиями (навыками) разработки и реализации индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуальных программ развития и индивидуально-ориентированных образовательных программ с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся
Уровень 3	Недостаточно информирован об особенностях гендерного развития обучающихся в проведении индивидуальных воспитательных мероприятий; действиями (навыками) использования психолого-педагогических технологий в

[illegible]

	программ с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся
Уровень 2	Частично способен анализировать и оценивать особенности гендерного развития обучающихся в проведении индивидуальных воспитательных мероприятий; психолого-педагогические технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся, в том числе с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) разработки (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка; действиями (навыками) понимания документации специалистов (психологов, дефектологов, логопедов и т.д.); индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированных образовательных программ с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся
Уровень 3	Недостаточно способен анализировать и оценивать особенности гендерного развития обучающихся в проведении индивидуальных воспитательных мероприятий; психолого-педагогические технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся, в том числе с особыми образовательными потребностями; действиями (навыками) разработки (совместно с другими специалистами) и реализации совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка; действиями (навыками) понимания документации специалистов (психологов, дефектологов, логопедов и т.д.); индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированных образовательных программ с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся
ОПК-7: Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	
ОПК-7.1: Знает: законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; основные закономерности семейных отношений, позволяющие эффективно работать с родительской общественностью; закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологические особенности и закономерности развития детских сообществ, методы организации взаимодействия участников образовательных отношений	
Знать:	
Уровень 1	Знает: законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; основные закономерности семейных отношений, позволяющие эффективно работать с родительской общественностью; закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологические особенности и закономерности развития детских сообществ, методы организации взаимодействия участников образовательных отношений
Уровень 2	Частично знает: законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; основные закономерности семейных отношений, позволяющие эффективно работать с родительской общественностью; закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологические особенности и закономерности развития детских сообществ, методы организации взаимодействия участников образовательных отношений
Уровень 3	Недостаточно знает: законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; основные закономерности семейных отношений, позволяющие эффективно работать с родительской общественностью; закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологические особенности и закономерности развития детских сообществ, методы организации взаимодействия участников образовательных отношений
Уметь:	
Уровень 1	Умеет использовать законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; основные закономерности семейных отношений, позволяющие эффективно работать с родительской общественностью; закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологические особенности и закономерности развития детских сообществ, методы организации взаимодействия участников образовательных отношений
Уровень 2	Частично умеет использовать законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; основные

[illegible]

Уровень 1	Способен анализировать и оценивать историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества в области духовно-нравственного воспитания
Уровень 2	Частично способен анализировать и оценивать историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества в области духовно-нравственного воспитания
Уровень 3	Недостаточно способен анализировать и оценивать историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества в области духовно-нравственного воспитания
ОПК-8.2: Умеет: реализовывать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности	
Знать:	
Уровень 1	Информирован о современных, в том числе интерактивных, формах и методах воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности
Уровень 2	Частично информирован о современных, в том числе интерактивных, формах и методах воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности
Уровень 3	Недостаточно информирован о современных, в том числе интерактивных, формах и методах воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности
Уметь:	
Уровень 1	Умеет: реализовывать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности
Уровень 2	Частично умеет: реализовывать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности
Уровень 3	Недостаточно умеет: реализовывать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности
Владеть:	
Уровень 1	Способен анализировать и оценивать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности
Уровень 2	Частично способен анализировать и оценивать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности
Уровень 3	Недостаточно способен анализировать и оценивать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы, используя их в образовательной деятельности
ОПК-8.3: Владеет: навыками использования современных научных знаний и результатов педагогических исследований в образовательном процессе; формами и методами организации детских видов деятельности: игровая, продуктивная, проектная, исследовательская экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона	
Знать:	
Уровень 1	Информирован об использовании современных научных знаний и результатов педагогических исследований в образовательном процессе; формами и методами организации детских видов деятельности: игровая, продуктивная, проектная, исследовательская экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона

Уровень 2	Частично информирован об использовании современных научных знаний и результатов педагогических исследований в образовательном процессе; формами и методами организации детских видов деятельности: игровая, продуктивная, проектная, исследовательская экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
Уровень 3	Недостаточно информирован об использовании современных научных знаний и результатов педагогических исследований в образовательном процессе; формами и методами организации детских видов деятельности: игровая, продуктивная, проектная, исследовательская экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
Уметь:	
Уровень 1	Использует современные научные знания и результаты педагогических исследований в образовательном процессе; формы и методы организации детских видов деятельности: игровая, продуктивная, проектная, исследовательское экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
Уровень 2	Частично использует современные научные знания и результаты педагогических исследований в образовательном процессе; формы и методы организации детских видов деятельности: игровая, продуктивная, проектная, исследовательское экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
Уровень 3	Недостаточно использует современные научные знания и результаты педагогических исследований в образовательном процессе; формы и методы организации детских видов деятельности: игровая, продуктивная, проектная, исследовательское экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
Владеть:	
Уровень 1	Способен анализировать современные научные знания и результаты педагогических исследований в образовательном процессе; формы и методы организации детских видов деятельности: игровое, продуктивное, проектное, исследовательское экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
Уровень 2	Частично способен анализировать современные научные знания и результаты педагогических исследований в образовательном процессе; формы и методы организации детских видов деятельности: игровое, продуктивное, проектное, исследовательское экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
Уровень 3	Недостаточно способен анализировать современные научные знания и результаты педагогических исследований в образовательном процессе; формы и методы организации детских видов деятельности: игровое, продуктивное, проектное, исследовательское экспериментирование, конструирование и т.п. с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1. Группа интенсивного обучения Раздел 2. Социально-психологический тренинг. Раздел 3. Социально-психологическое обучение в конкретных видах тренинговых групп						
1.1	Процедурные аспекты группы интенсивного обучения. /Лек/	7	4				

1.2	Социально-психологический тренинг как интенсивное обучение /Лек/	7	4				
1.3	Методы социально-психологического тренинга /Лек/	7	2				
1.4	. Процедурные аспекты группы интенсивного обучения. /Пр/	7	4				
1.5	Диагностика в рамках СПТ. /Лек/	7	4				
1.6	Диагностика в рамках СПТ. /Пр/	7	4				
1.7	Т-группы как форма тренинга чувствительности. /Пр/	7	4				
1.8	Общая характеристика групп «встреч» как групп «роста личности». /Пр/	7	4				
1.9	Педагогический тренинг в школе. /Пр/	7	2				
1.10	/Ср/	7	39,85				
1.11	/КРЭ/	7	0,15				

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Контрольные вопросы:

Каковы основные цели и задачи социально-психологического обучения?

Назовите и дайте краткую характеристику основным методам активного социально-психологического обучения (например, тренинг-группы, группы встреч, психодрама, гештальт-терапия).

Каков механизм воздействия социально-психологического тренинга на развитие компетентности в общении?

В чём заключается отличие активного социально-психологического обучения от пассивных форм усвоения знаний?

Какие виды упражнений используются в психологическом тренинге для развития психологических качеств и навыков?

Контрольные задания:

1. Анализ кейса:

Вам предлагается кейс, описывающий проблемную ситуацию в межличностном общении в группе. Проанализируйте ситуацию с точки зрения методов активного социально-психологического обучения и предложите пути её решения, используя один из методов (например, тренинг).

2. Разработка сценария:

Разработайте план или сценарий короткого социально-психологического тренинга, направленного на развитие одного из навыков межличностного общения (например, уверенное отстаивание своих границ, активное слушание).

3. Сравнительная характеристика методов:

Сравните два метода активного социально-психологического обучения (например, психодраму и гештальт-терапию) по следующим критериям: основные принципы, цели, области применения, типичные упражнения.

4. Самоанализ:

Опишите свой опыт участия в тренингах или других формах активного обучения, если таковые были. Какие навыки вы приобрели? Какие трудности испытывали и как их преодолевали?

5. Теоретическое задание:

Объясните, почему для успешного применения активных методов социально-психологического обучения важно создать определённую психологическую атмосферу в группе.

5.2. Темы письменных работ

Темы эссе:

1. Роль игры в активном социально-психологическом обучении

Понятие, виды и особенности игр в обучении.

Игра как метод обучения и воспитания.

2. Социально-психологический тренинг как метод активного обучения

Цели и задачи СПТ: коррекция и выработка адекватных способов реагирования.

Применение СПТ для развития навыков межличностного общения.

3. Анализ конкретных методов АСПО

Тренинг-группы, группы встреч и психодрама как методы обучения.

Гештальт-психотерапия в контексте активного обучения.

4. Взаимодействие группы в АСПО

Феномены внутригруппового взаимодействия, изучаемые в рамках АСПО.

Изучение групповой динамики и ее роли в процессе обучения.

5. Применение АСПО в практике

Эффективность методов АСПО в различных образовательных или профессиональных сферах.

Сравнительный анализ преимуществ и недостатков разных методов активного обучения.

6. Перспективы развития активного социально-психологического обучения

Инновационные подходы и современные тенденции в АСПО.

Роль АСПО в формировании социально-психологической компетентности.

5.3. Фонд оценочных средств

3.1.	Фонд оценочных средств включает:				
1.	Итоговый тест по разделам дисциплины «Методы активного социально- психологического обучения».				
2.	Ситуационные задачи.				
3.	Рефлексивное эссе.				
3.2.	Оценочные средства:				
3.2.1.	Оценочное средство «Итоговый тест по разделам дисциплины				
«Методы активного социально-психологического обучения» Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.					
Критерии оценивания по оценочному средству «Итоговый тест по разделам дисциплины «Методы активного социально-психологического обучения».					
Формируемые компетенции Высокий уровень сформированности компетенций Продвинутый уровень сформированности компетенций					
компетенций Базовый уровень сформированности компетенций					
(87-100 баллов) отлично/зачтено		(73-86 баллов) хорошо/зачтено		(60-72 баллов)*	
удовлетворительно/за чтено					
ОПК-6; ОПК-7;					
ОПК-8; ПК-1.		Обучающийся обладает		полными знаниями	
дисциплины, способен		решать тестовые задания на применение		всех разделов	
менее 80% заданий в каждом и разделов.		Обучающийся обладает достаточными знаниями		всех разделов	
дисциплины, способен		решать тестовые задания на применение		знаний,	
решил не менее 80% заданий		в		во	
разделах, кроме одного.		Обучающийся		всех	
обладает знаниями основных положений дисциплины, способен		решать тестовые задания на		применение	
знаний, решил не менее 80% заданий как минимум в 4-х разделах из 6-ти.					
Итоговый тест по дисциплине					
Инструкция студенту.					
Тест состоит из 50 заданий. На выполнение теста отводится 90 минут. Работа выполняется индивидуально, без использования дополнительных источников. Ответы должны быть однозначно читаемы (исправления не допускаются).					
Задание рекомендуется выполнять по порядку, не пропуская ни одного. Если задание не удастся выполнить сразу, перейдите к следующему. Если останется время, вернитесь к пропущенным заданиям.					
Вопросы задания могут иметь несколько форм:					
1.	Закрытые вопросы предполагают только один правильный ответ.				
2.	Вопросы с множественным выбором предполагают выбор нескольких из предложенных вариантов.				
3.	Открытые формы заданий требуют вставить пропущенное слово, либо				
завершить предложение.					
4.	Вопросы на соотнесение предполагают установить связь понятия (буквенное обозначение в левой колонке) с его особенностями, признаками, характеристиками (цифровое обозначение в правой колонке), например: А – 1, Б – 4 и т.д. В некоторых задания на одно понятие может приходиться несколько признаков, например: А – 2, 5, Б – 1, 3, 4.				
5.	Вопросы на определение последовательности предполагают составление буквенного ряда.				
1.	Сензитивный тренинг предполагает:				
а)	тренировку	межличностной	чувствительности	и	восприятия
психофизического единства;		себя			
б)	тренировку	межличностной	чувствительности	и	осознания
поведения;		коммуникативного			
в) тренировку межличностной компетентности и разбор казусов из практики;					
г) тренировку межличностной компетентности и анализ ситуация морального выбора.					
2.	Основной целью активного обучения в эмоциональной сфере является:				
а) получение эмоциональной поддержки, отреагирование негативных чувств, развитие внутренней свободы;					
б) коррекция эмоциональных отношений, вскрытие внутренних проблем, получение эмоциональной поддержки;					
в) развитие внутренней свободы, коррекция установок, развитие самосознания;					
г) вскрытие внутренних проблем, отреагирование негативных чувств,		коррекция стереотипов.			
3.	Обучающая ценность МАСПО связана:				
а) со способностью человека лучше усваивать новые, более эффективные навыки общения;					
б) со способностью человека лучше усваивать динамичные процессы, особенно при условии личного участия в них;					
в) со способностью человека вовлекать других членов группы в драматизацию;					
г) со способностью человека занимать активную позицию, что реализуется в конкретных действиях.					
4.	Перечислите основные этапы работы интенсивного обучения				
5.	На каждом занятии перед ведущим стоит задача:				
а) включения участников в ситуацию доверительного общения;					
б) помочь группе с определенными трудностями и не вмешиваться в групповой процесс; в) вовлечь участников в совместную работу по исследованию межличностного общения; г) не подталкивать группу к решению имеющихся проблем;					

6. Социально-психологические методы, используемые на занятиях, следующие: а) открытая социометрия, открытое «прочтение» ситуаций в группе за другого; б) закрытая социометрия, групповая оценка личности; в) метод семантического дифференциала, открытая социометрия; г) методы опроса, наблюдение.
7. Персонализация высказываний позволяет:
- а) раскрыть перед участниками эмоциональный мир и помочь им войти в него;
 - б) достичь той степени конкретности дискуссии, которая делает возможной аналитическую работу на эмпирическом уровне;
 - в) обеспечить искреннюю обратную связь и богатый, полноценный материал для нее;
 - г) каждому участнику исследовать случай своего собственного пребывания в группе и той конкретной реальности, которая вокруг него разворачивается.
8. В зависимости от целей проведения и концептуальной базы различают подбор участников группы по:
- а) возрастному признаку, половому признаку, степени знакомства;
 - б) социальному статусу, возрасту, полу, уровню образования, клиническим признакам; в) половому признаку, профессиональному признаку, степени знакомства, возрасту;
 - г) возрастному признаку, клиническим признакам, сходству проблем, социальному статусу, профессиональному признаку.
9. Перечислите возможные варианты количественного и качественного состава группы интенсивного обучения в зависимости от целей группы и возрастных особенностей участников
10. На предварительном этапе работы тренинговой группы:
- а) разрабатываются принципы организации работы; б) проводится собеседование с участниками;
 - в) проводится беседа о целях, задачах группы; г) составляется коллективный договор.
11. Основные роли руководителя группы следующие:
- а) эксперт, катализатор, психолог, образец участника; б) эксперт, катализатор, образец участника, дирижер; в) катализатор, дирижер, образец участника;
 - г) эксперт, психолог, дирижер, катализатор.
12. Попустительский стиль управления группой предполагает:
- а) активную позицию руководителя группы, с выдачей заданий, критикой и поощрениями;
 - б) направленность работы группы через групповую дискуссию; в) позиция руководителя группы, как активного партнера;
 - г) самоустранение руководителя группы от руководства;
 - д) роль руководителя, как наблюдателя или беспристрастного комментатора.
13. Составьте правильную последовательность фаз развития группы: а) конфликты и протест; б) развитие сплоченности и сотрудничества; в) ориентации и зависимости; г) целенаправленной деятельности.
14. Принятые в группе правила поведения, руководящие действиями все участников группы, называют:
- а) групповой динамикой; б) нормами группы;
 - в) групповыми ролями; г) атрибутами группы.
15. Показаниями для групповой формы работы являются:
- а) наличие проблем межличностного характера; б) выраженные физические недостатки;
 - в) наличие проблем «жизневого» плана;
 - г) отказ от работы с психологом-консультантом.
16. СПТ направлен на:
- а) укрепление отношений членов группы; б) выявление поведенческих стереотипов;
 - в) повышение компетентности в сфере общения;
 - г) развитие способности адекватно воспринимать других.
17. Выделяют следующие виды тренинга:
- а) направленный на развитие навыков саморегуляции, обучающий; б) коммуникативный, стимулирующий личностный рост;
 - в) обучающий, направленный на совершенствование навыков коммуникации; г) все ответы верны.
18. Какой из видов тренинга наиболее целесообразен и эффективен для коррекции межличностного взаимодействия и улучшения отношений между родителями и детьми: а) социально-психологический тренинг межличностного общения; б) психолого-педагогический тренинг; в) тренинг сензитивности; г) тренинг деловых качеств.
19. Открытость и честность достигается через реализацию такой групповой ценности, как:
- а) самопознание;
 - б) ответственность; в) самораскрытие; г) самореализация
20. К какому принципу работы тренинговой группы можно отнести равноправное общение, основанное на взаимном доверии и уважении друг друга:
- а) принцип постоянной обратной связи; б) принцип оптимизации развития;
 - в) принцип состязательности;
 - г) принцип диалогизации взаимодействия.
21. Сформулируйте правила эффективной обратной связи:
22. Активное слушание - это а) прием общения;
- б) высказывание о переживаемых эмоциональных переживаниях;
 - в) система действий, способствующих сосредоточению внимания слушающего на партнере, активизация самовыражения партнера, восприятию и пониманию сказанного им;
 - г) система приемов, направленных на сосредоточение внимания слушающего на партнере.

23. Перефразирование – это
 а) передача высказывания партнера своими словами или в сокращенной форме;
 б) совокупность способностей, знаний и умений, необходимых для эффективного общения;
 в) фаза диалога;
 г) метод выяснения желаемого результата общения;
 д) обобщение предыдущих этапов, переход от обучения к действию.
24. Интеракция представляет собой
 а) акт и процесс установления контактов между субъектами взаимодействия;
 б) образцы, эталона, модели поведения, распространенные в обществе и принятые большинством его членов;
 в) взаимодействие, обусловленное индивидуальными особенностями субъектов, социальной ситуацией, доминирующими стратегиями взаимодействия, целями участников;
25. «Окошко Джогари» является способом:
 а) описания представления самого себя и соучастия других в процессе восприятия и познания;
 б) представление самого себя и других членов группы в процессе познания; в) описания участников группы, раскрывающие свои восприятия, действия;
 г) описания представления участников группы и самого себя в процессе восприятия.
26. «Арена» - это то, что:
 а) мы знаем, а другие – нет;
 б) другие знают о нас, а мы – нет; в) скрыто и от нас, и от других; г) открыто для нас и для других.
27. Привычка перебивать говорящего на середине слова – этот пример относится к:
 а) «слепому пятну»; б) «чуланчику»;
 в) «темной комнате»; г) «арене».
28. Базовым методическим приемом в процессе СПТ является:
 а) ролевые игры;
 б) невербальные техники; в) групповая дискуссия; г) все ответы верны.
29. Какой из методов активного обучения повышает поисковую и творческую активность участников в решении тех или иных проблем:
 а) тренинг межличностного взаимодействия; б) творческая игра;
 в) спор;
 г) групповая дискуссия.
30. На приобретении нового перцептивного, эмоционального и когнитивного опыта строится принцип организации:
 а) групповой дискуссии; б) обратной связи;
 в) ролевой игры;
 г) невербальной техники.
31. Как вид групповой дискуссии, биографическая дискуссия предполагает:
 а) обсуждение истории жизни участника, его проблем, конфликтов, установок, особенностей поведения на протяжении жизни;
 б) анализ межличностного взаимодействия участника группы, его проблем, отношений и конфликтов;
 в) обсуждение отдельных эпизодов жизни участника и ситуаций, возникающих в ходе группового процесса;
 г) анализ событий биографии участника и межличностного взаимодействия в группе.
32. Групповая техника, представляющая собой ролевую игру, в ходе которой создаются условия для спонтанного выражения чувств, связанных с наиболее важными для участника проблемами – это:
 а) психогимнастика; б) психотерапия;
 в) психодрама; г) психотренинг.
33. Как называются игры, способствующие создать в группе теплую эмоциональную атмосферу:
 а) психотерапевтические игры;
 б) разыгрывание ролевых ситуаций; в) салонные игры;
 г) игры с правилами.
34. Из предложенных вариантов выберите правильную последовательность фаз психодрамы:
 а) инициальная, собственно драматическое действие, обсуждение; б) обсуждение, инициальная, эмоциональный обмен;
 в) представление обратной связи, инициальная, обсуждение; г) разогрев, собственно драматическое действие, шеринг.
35. При реализации приема «горячее кресло» приоритетное значение имеет: а) позитивная оценка личности участника;
 б) негативная оценка личности участника; в) нейтральная оценка личности участника;
 г) адекватная оценка личности участника.
36. Составьте определение психогимнастики:
 а) одна из невербальных;
 б) в основе лежит использование; в) техника групповой работы;
 г) двигательная экспрессия; д) коммуникация в группе;
 е) в качестве главного средства.
37. Какая часть психогимнастики является наиболее важной и занимающей большую часть времени?
 а) подготовительная; б) пантомимическая; в) заключительная.
38. Перечислите основные варианты применения группового рисования в группе интенсивного обучения
39. Какой из типа заданий, используемых в рисуночной практике, является лишним: а) предметно-тематические;
 б) образно-символические;
 в) упражнения на развитие образного восприятия, воображения, символической функции; г) игры и упражнения с

- изобразительным материалом;
- д) упражнения на развитие абстрактного мышления, логики построения рисунка; е) задания на совместную деятельность.
40. Изучение динамики статусной и коммуникативной структуры группы предполагает применение:
- а) наблюдения, метода автопортрета, игровых упражнений; б) социометрии, рисунков, групповой дискуссии;
- в) игровых упражнений, наблюдения, рисунков;
- г) наблюдения, групповой дискуссии, социометрии.
41. Диагностика эффективности психотренинга проводится при помощи: а) анкет, опросников;
- б) эксперимента;
- в) наблюдений руководителя;
- г) анализа дневниковых записей участников.
42. Смит выделяет следующие виды сензитивности:
- а) наблюдательская, практическая, номотетическая, идеографическая; б) наблюдательская, теоретическая, номотетическая, идеографическая; в) исследовательская, практическая, номотетическая, идеографическая; г) исследовательская, теоретическая, номотетическая, идеографическая.
43. Моделью какого вида тренинга явилась Т-группа:
- а) социально-психологический тренинг межличностного общения; б) тренинг креативности;
- в) тренинг сензитивности;
- г) тренинг личностного роста.
44. Роль ведущего в Т-группе состоит в том, чтобы:
- а) помочь группе с определенными трудностями и вмешаться в групповой процесс;
- б) вовлечь участников в совместную работу по исследованию их собственных взаимоотношений и поведения, а затем устранившись от руководства;
- в) вовлечь участников в совместную работу по исследованию их собственных взаимоотношений и поведения и помочь группе с определенными трудностями;
- г) вмешаться в групповой процесс и не подталкивать группу к решению проблем.
45. Тренинг сензитивности способствует:
- а) повышению самопонимания и пониманию других людей;
- б) чувственному пониманию групповых процессов; в) познанию локальной культуры;
- г) развитию поведенческих навыков.
46. Составьте определение аутентичности:
- а) отказаться от различных социальных ролей; б) эмоции и поведение;
- в) свойственные только для данной личности мысли; г) способность человека;
- д) общение;
- е) позволяет проявляться подлинным.
47. Выберите из предложенных понятий принципы работы «группы встреч»: а) честное и открытое общение;
- б) обращать внимание на мысли, а не на чувства;
- в) не обращаться к прошлому опыту и рассудительным описаниям; г) обращать внимание на чувства, а не на мысли;
- д) уделять особое внимание телесным ощущениям; е) обращаться к прошлому опыту.
48. Для снижения чрезмерной тревоги используют:
- а) репетицию поведения и релаксационный тренинг; б) когнитивное реструктурирование;
- в) релаксационный тренинг и систематическую десенсибилизацию; г) домашнюю работу и систематическую десенсибилизацию.
49. Основные сферы жизнедеятельности педагога, являющиеся предметом работы в рамках тренинга, это:
- а) учитель-школа, учитель-семья, учитель-класс, учитель-ученик, учитель-учитель;
- б) учитель-семья, учитель-коллектив, учитель-ученик, учитель-школа, учитель-родители;
- в) учитель-родители, учитель-ученик, учитель-класс, учитель-учитель, я-учитель; г) учитель-школа, учитель-семья, я-учитель, учитель-класс, учитель-ученик.
50. Организация партнерского общения, как один из принципов педагогического тренинга предполагает:
- а) завоевание доверия, обмен опытом между учителями; б) снятие напряжения, завоевание доверия;
- в) обмен опытом между учителями, снятие напряжения; г) все ответы верны.

3.2.2. Оценочное средство «Профессиональные задачи». Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.

Критерии оценивания решения ситуационной задачи

Формируемые компетенции	Высокий уровень			
сформированности компетенций	Продвинутый уровень			
сформированности компетенций	Базовый уровень			
сформированности компетенций				
ОПК-6; ОПК-7;	(87-100 баллов)	(73-86 баллов)	(60-72 баллов)*	
ОПК-8; ПК-1.	отлично/зачтено	хорошо/зачтено	удовлетворительно/за	
	чтено			
Обучающийся	дает	Обучающийся	дает	Обучающийся
комплексное решение		комплексное решение		испытывает
предложенной задачи,		предложенной задачи,		затруднения
с учетом всех		с учетом всех		с комплексным

условий; условием; испытывает решением
 демонстрирует знание незначительные предложенной задачи;
 теоретического затруднения при дает неполный ответ,
 материала с учетом ответа на теорети- требующий
 междисциплинарных ческие вопросы; наводящих вопросов
 связей; делает неполное раскрытие преподавателя; делает
 правильный выбор и междисциплинарных выбор тактики
 дает аргументацию связей; делает действий в
 тактики действий; правильный выбор соответствии с
 полные ответы на тактики действий; ситуацией, но
 дополнительные дает логическое аргументация
 вопросы обоснование с затруднена, возможна
 преподавателя. дополнительными при наводящих
 комментариями вопросах
 преподавателя. преподавателя.

Примеры профессиональных задач

Задача 1. Вы ведете тренинг самопознания для подростков 15-14 лет. Идет основной этап работы тренинговой группы. В ходе работы Вы заметили, что у подростков вызывают затруднения вопросы, связанные с построением жизненной перспективы и решили посвятить занятие проработке этой проблемы. Представьте конспект занятия.

Задача 2. В школу пришло сразу несколько молодых педагогов для работы в начальной, средней и старшей школе. В течение сентября завучи посещали занятия у молодых преподавателей и отмечали сходные проблемы: трудности в установлении дисциплины, негибкий стиль взаимодействия с учениками, трудности во взаимодействии с коллегами, сложности организационного порядка. Вы решили провести группу интенсивного обучения «Школа молодого преподавателя». Представьте тренинговую матрицу и сценарий работы группы.

Задача 3. Вы столкнулись с проблемой эмоционального выгорания педагогов, имеющих значительный стаж работы. Для решения этой проблемы Вы создаете группу интенсивного обучения на основе групп встреч. Представьте конспект первого занятия.

Задача 4. В 10-х классах появилось много новых обучающихся, к тому же школьники разделились по профилям. Возникли сложности во взаимоотношениях. Вы решили провести тренинг по созданию команды. Представьте тренинговую матрицу и сценарий работы группы.

Задача 5. Вы ведете тренинг для пятиклассников, испытывающих трудности в адаптации. Вы заметили, что у многих детей присутствует страх ответов у доски, публичных выступлений и решили проработать эту проблему. Представьте конспект занятия.

3.2.3. Оценочное средство «Рефлексивное эссе». Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.

Критерии оценивания по оценочному средству «Рефлексивное эссе»

Формируемые компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций
Базовый уровень сформированности компетенций	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено
		(60-72 баллов)*
удовлетворительно/зачтено		
ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ПК-1.	Обучающийся понимает важность применения знаний МАСПО	в
профессиональной деятельности, может привести примеры из личного опыта, способен оценить знания МАСПО, владение навыками проектирования и ведения работы группы интенсивного обучения, которые соотносятся с профессиональными стандартами, индивидуальными потребностями и дефицитами.		
профессиональными		
Умеет спланировать цели и задачи дальнейшего образования. Обучающийся понимает важность применения знаний МАСПО		в
профессиональной деятельности, наблюдаемого опыта, способен оценить знания МАСПО, владение навыками проектирования и ведения работы группы		

интенсивного обучения, затрудняется с профессиональными индивидуальными потребностями и дефицитами. Умеет спланировать обобщенные цели и задачи дальнейшего образования. Обучающийся понимает важность применения знаний МАСПО в профессиональной деятельности, может привести примеры из личного опыта, способен оценить владение навыками проектирования и ведения группы интенсивного обучения, но затрудняется соотнести цели и задачи изучения дисциплины с профессиональными стандартами индивидуальными профессиональными потребностями и дефицитами. Умеет спланировать обобщенные цели и задачи дальнейшего образования.

Рефлексивное эссе «МАСПО в моем профессиональном и личностном развитии»

Требования к написанию эссе

Эссе – это авторское произведение (связный текст), отражающий позицию автора по какому-либо актуальному вопросу (проблеме).

Цель эссе – высказать свою точку зрения и сформировать непротиворечивую систему аргументов, обосновывающих предпочтительность позиции, выбранной автором данного текста.

Эссе включает в себя следующие элементы:

1. Введение. В нем формулируется тема, обосновывается ее актуальность, раскрывается расхождение мнений, обосновывается структура рассмотрения темы, осуществляется переход к основному суждению.
2. Основная часть. Включает в себя:
 - формулировку суждений и аргументов, которые выдвигает автор, обычно, два-три аргумента;
 - доказательства, факты и примеры в поддержку авторской позиции;
 - анализ контраргументов и противоположных суждений, при этом необходимо показать их слабые стороны.
3. Заключение. Повторяется основное суждение, резюмируются аргументы в защиту основного суждения, дается общее заключение о полезности данного утверждения.

Оформление материалов эссе

Объем эссе – до 3 - 5 страниц машинописного текста в редакторе Word. Шрифт: Times New Roman, кегль – 12, интервал – одинарный. Все поля по 20 мм.

Вверху слева указывается фамилия, имя, отчество автора эссе. Далее через один интервал - название эссе жирным шрифтом. Затем через один пропущенный интервал располагается текст.

Критерии оценки материалов эссе

При оценивании материалов необходимо учитывать следующие элементы:

1. Представление собственной точки зрения (позиции, отношения) при раскрытии проблемы.
2. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне (в связях и с обоснованиями) или на бытовом уровне, с корректным использованием или без использования научных понятий в контексте ответа на вопрос эссе.
3. Аргументация своей позиции с опорой на факты педагогической социальной действительности или собственный опыт.

Все эти элементы должны быть изучены и оценены экспертами.

Основные критерии и уровни оценки Баллы

1. Демонстрирует понимание важности знаний МАСПО в контексте профессиональной деятельности. 2 балла – представлено обоснование важности наличия знаний и умений МАСПО для успешной деятельности педагога-психолога, представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) на значимость тех или иных знаний и умений.

1 балл – бакалавр указывает на важность наличия

знаний и умений МАСПО для успешной деятельности педагога-психолога, присутствует собственная позиция, но аргументация неубедительная или отсутствует.

0 баллов – понимание важности и умений МАСПО для успешной деятельности педагога-психолога, носит обобщенный, не ясно выражена собственная позиция.

2. Раскрывает проблему на теоретическом уровне (в связях и с обоснованиями) или на бытовом уровне, с корректным использованием или без использования научных понятий в контексте ответа на вопрос эссе. 2 балла – проблема раскрыта на теоретическом уровне, в связях и обоснованиях, с корректным использованием научных терминов и понятий в контексте ответа.

1 балл – проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов.

0 баллов – проблема обозначена на бытовом

уровне; проблема не раскрыта, или сформулировано мнение без аргументов.

3. Аргументация своей позиции с опорой на факты психологической социальной действительности или собственный опыт. 2 балла – дана аргументация своего мнения с опорой на факты психологической социальной действительности или личный социальный опыт.

1 балл – аргументация неубедительная или отсутствует.

0 баллов – аргументация своего мнения дана вне контекста проблемы.

Итого: высокий уровень 5-6

продуктивный уровень 3-4

базовый уровень 1-2

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают:

1. Задания для самостоятельной работы студентов.

2. Критерии оценки работы на семинаре и практическом занятии.

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству «Задания для самостоятельной работы студентов»:

Критерии оценивания Количество баллов (вклад в рейтинг)

Способен анализировать информацию, выделять главное, систематизировать. 5

Способен применять знания МАСПО при анализе тренинговых программ, проектировании работы группы

интенсивного обучения. 14

Способен проводить самоанализ поведения и деятельности в контексте знаний МАСПО. 5

Владеет письменной коммуникацией (грамотность, стиль, логика изложения). 5

Обладает личностными компетенциями 5

(ответственность).

Максимальный балл 34

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству «Работа на семинаре и практическом занятии»

Критерии оценивания Количество баллов (вклад в рейтинг)

1. Навыки ведения научной дискуссии, активная позиция в обсуждении докладов 6

2. Логика изложения материала, лаконичность выступления. 5

3. Аргументированное и обоснованное представление основных положений. 5

4. Построение доклада с учетом особенностей аудитории. 4

5. Применение информационных технологий с учетом особенностей восприятия аудитории (оформление презентации, раздаточного материала, читаемость текста, четкость представленных данных). 5

6. Умение работать в команде, навыки совместной деятельности. 8

7. Владение методами, техниками и приемами активного обучения. 8

Максимальный балл 41

5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

5.1. Оценочное средство «Задания для самостоятельной работы ».

Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.

Раздел 2

ЗАДАНИЕ 1

При изучении теоретической литературы по курсу студенты встретят описания техник и упражнений, применяемых в группах активного обучения.

Для более осознанного изучения психологической литературы, а также с целью создания личной «копилки» ведущего

предлагается следующее задание: составить каталог упражнений СПТ.

В каталоге рекомендуется выделить следующие разделы:

- ритуалы приветствия и прощания
- упражнения-шутки
- упражнения-разминки
- упражнения группы «психогимнастика»
- упражнения для развития и поддержания групповой сплочённости
- упражнения, связанные с наблюдением и вниманием
- упражнения, проясняющие взаимные представления друг о друге (взаимовосприятие)
- упражнение на взаимопонимание
- упражнения, направленные на самоизучение
- упражнения для изучения межличностных ролей
- упражнения, направленные на формирование «обратной связи»
- упражнения по выработке навыков (в этом разделе по желанию может быть сделана дополнительная рубрикация, например: развитие социальной уверенности, навыков партнёрского общения, навыков воздействия и влияния, жизненных умений и т.д.)

- упражнения группы «психодрама»
- упражнения группы «гештальт-терапия»
- упражнения группы «сказкотерапия»
- упражнения группы «арттерапия»
- приёмы рисования
- приёмы организации групповой дискуссии
- упражнения на творческую визуализацию
- релаксационные упражнения
- упражнения, применяемые как диагностические процедуры
- приёмы, связанные с написанием писем
- домашние задания
- варианты ведения дневника участника

Каждое упражнение, вносимое в каталог, следует снабдить описанием: цель и предполагаемый психологический эффект, необходимое оборудование и материалы, ориентировочная продолжительность выполнения, ход упражнения, возможные модификации, психологический комментарий ведущему, область применения (возраст участников, направление работы группы и т.п.).

Пример описания.

Упражнение «Фигурные построения»

Цель: Упражнение сплачивает группу, способствует формированию взаимопонимания, обучает уверенному поведению в условиях необходимости принимать решения при ограниченности доступной информации, брать на себя ответственность за свою часть в общей работе.

Время выполнения: 10-15 минут.

Оборудование, материалы: не требуются.

Ход упражнения: Участники хаотично перемещаются по помещению. По команде ведущего они закрывают глаза и пытаются построиться, образовав ту геометрическую фигуру, которая названа ведущим (круг, треугольник, квадрат, «змейка» и т.п.). Если кто-то подсматривает – он выбывает из игры. Когда построение закончено, участники по команде ведущего открывают глаза и смотрят, что в итоге получилось.

Обсуждение:

1. Насколько успешным участники считают построение разных фигур?
2. Что требуется от участников, чтобы справиться с таким заданием?
3. Что же обеспечивает возможность взаимопонимания в таких ситуациях, да еще, если у участников закрыты глаза?

При составлении каталога следует отдать предпочтение упражнениям, дающим комплексный психологический эффект, предполагающим возможность модификации в зависимости от особенностей группы, имеющим широкую область применения. Не лишними будут опора на собственную психологическую интуицию, учёт своих возможностей как ведущего, перспективное планирование работы в области активного обучения.

ЗАДАНИЕ 2

Для формирования гибкого подхода к ведению группы интенсивного обучения, развития психологической интуиции, умения видеть различные возможности применения стандартных упражнений, техник и процедур СПТ предлагается следующее задание.

Для его выполнения требуется выбрать по одному упражнению из следующих групп: «разминки», «психогимнастика», «приёмы рисования», «самоизучение», «изучение межличностных ролей», «групповая дискуссия», «отработка навыков», «домашнее задание», «ритуалы» (можно выбрать дополнительно из любой группы по желанию). Выбранные упражнения предстоит модифицировать для применения в группах разного возраста (детских, подростковых, взрослых), различного направления (тренинг сенситивности, тренинг уверенности в себе, группы «встреч», тренинг профессионального личностного роста, тренинг жизненных умений и т.п.). Описание получившихся вариантов упражнений выполнить по схеме, приведенной в предыдущем задании.

ЗАДАНИЕ 3

Для закрепления полученных теоретических знаний и формирования навыка применения методов активного обучения студентам предлагается подготовить и провести занятия с использованием отдельных методов активного обучения:

- знакомство и принятие правил работы в группе интенсивного обучения (занятие 1)
- групповые дискуссии (занятие 2)
- деловая и ролевая игра (занятия 3, 4)
- психогимнастика, проективное рисование (занятие 5)
- методы диагностики в тренинге (занятие 6)

Раздел 3

ЗАДАНИЕ 4

Для систематизации полученных знаний предлагается провести методический анализ адаптационного тренинга для первокурсников.

В основу анализа положить следующие критерии:

1. Согласованность процедурных аспектов группы с поставленными целями и задачами.
2. Методологическая и методическая целостность программы обучения.
3. Целесообразность применения методов и техник обучения.
4. Эффективность группы интенсивного обучения.

Схема анализа тренинга

Блок 1.

Вид группы интенсивного обучения -

Формирование группы, принципы подбора участников: Режим работы группы:

Пространственное размещение группы:

Основные этапы работы группы:

Структура занятий:

Ведущий тренинга:

Требования к профессиональным знаниям и умениям, личностным качествам.

Основные роли и функции ведущего в группе.

Блок 2.

Определите тип тренинга, опираясь на классификацию В.В. Никандрова

I. По в е д у щей цели (конечно м у эф фекту) А. Психокоррекционный тренинг:

- 1) психотерапевтический тренинг;
- 2) тренинг личностного развития;
- 3) обучающий тренинг;
- 4) организационный тренинг. Б. Методический тренинг.

II. П о к о нкретным зада чам

- все многообразие тренинговой работы, преследующей основные 4 цели.

III. П о типу об ъек та псих о лог иче ского о воз действия :

- 1) работа с индивидом;
- 2) работа с искусственной экспериментальной группой;
- 3) работа с естественной (реальной) группой;
- 4) работа с организацией;
- 5) работа с учебно-тренировочной группой (УТГ).

IV. П о ч исл у участнико в- об ъек т ов во з дейст вия :

- 1) аутотренинг;
- 2) индивидуальный тренинг;

• 3) групповой тренинг.

V. П о числу ве д у щих (тренеро в):

- 1) без ведущего;
- 2) с одним ведущим;
- 3) с несколькими ведущими;
- 4) с "искусственным ведущим".

VI. П о временн о м у реж им у : 1) кра тко временный (разовый);

- 1) циклоидный (многоразовый);
- 2) долговременный ("марафон");
- 3) длительный.

VII. П о т ип у рук ово дст в а :

А. Общестратегический подход:

- 1) директивный;
- 2) недирективный. Б. Стиль руководства:
- 1) авторитарный;

- 2) демократический;
 - 3) популистский.
- VIII. По техникому обеспечению :
- 1) безаппаратурный;
 - 2) аппаратный.
- IX. По составу (контингенту) объема воздействия :
- A. По однородности состава:
- 1) работа с однородной (гомогенной) группой;
 - 2) работа с неоднородной (гетерогенной) группой. Б. По возрасту:
 - 1) варианты детские;
 - 2) варианты взрослые.
- В. По полу:
- 1) варианты женские;
 - 2) варианты мужские;
 - 3) варианты смешанные.
- Г. По степени знакомства участников друг с другом:
- 1) группы незнакомых;
 - 2) группы слабо знакомых;
 - 3) группы хорошо знакомых.
- Д. По состоянию психического здоровья:
- 1) работа со здоровыми клиентами;
 - 2) работа с клиентами, имеющими психические расстройства в пределах медицинской нормы;
 - 3) работа с пациентами (больными).
- Е. По специфике структуры группы (внутренние и внешние связи):
- По внутренним связям:
- 1) тренинги семейных отношений;
 - 2) тренинги межличностных отношений (дружественных, враждебных, любовных и проч.);
 - 3) профессиональные тренинги;
 - 4) тренинги с лечебными группами;
 - 5) тренинги с неспецифическими группами.
- По внешним связям:
- 1) открытые;
 - 2) закрытые (корпоративные).
- Ж. По роду ведущей социальной деятельности участников:
- 1) работа с предпринимателями;
 - 2) работа с руководителями и управленцами (менеджерами);
 - 3) работа с государственными служащими;
 - 4) работа с политиками и общественными деятелями;
 - 5) работа с учащимися;
 - 6) работа с педагогами;
 - 7) работа с врачами;
 - 8) работа с торговыми работниками;
 - 9) тренинги по "связям с общественностью" (public relations - PR);

Блок 3.

Выделите основные этапы СПТ в режиме работы группы (знакомство, введение правил – 1 день, ориентировочный этап и т.д.).

Назовите специфические методы, процедуры и упражнения, соответствующие этапам тренинга. Перечислите обязательные процедуры, применяемые на каждом занятии СПТ.

Блок 4.

Фазы развития группы СПТ (динамика), их характеристика. Примеры поведенческих реакций членов группы.

Блок 5.

На каком уровне находилась социально-психологическая компетентность участников тренинга в начале и конце тренинга. Пример.

Упражнения на самопознание и самораскрытие, рефлексия участников группы, примененные в тренинге.

Блок 6.

Проведите классификацию обратной связи, которую давал тренер. Отделите формальные и содержательные характеристики обратной связи.

Как тренер обеспечивал принятие, понимание, поддержку личности в группе.

Блок 7.

Личностные и поведенческие изменения участников тренинга.

Как проводилось отслеживание динамики личностных и поведенческих изменений у участников группы.

Блок 8.

Цели и приемы диагностики в тренинге Проводилась ли

- диагностика индивидуальных проблем участников
- диагностика линий межличностного напряжения
- выявление конфликтов в группе
- изучение динамики статусной и коммуникативной структур группы
- диагностика уровня развития рефлексии, эмпатии участников группы.

ЗАДАНИЕ 5

Для закрепления полученных теоретических знаний и формирования навыка проектирования семинара с элементами тренинга (воркшопа) студентам предлагается выполнить следующее задание: разработать 1 занятие для обозначенной возрастной группы, спроектировав его в режиме работы названной разновидности группы интенсивного обучения, и провести в своей учебной группе (во время лабораторных занятий)

- психогимнастическая группа для младших школьников (занятие 7)
- тренинг сензитивности для подростков (занятие 8)
- тренинг развития самопознания для подростков (занятие 9)
- тренинг личностного роста для взрослых (занятие 10)
- тренинг жизненных умений для старшеклассников (уверенности в себе или др.) (занятие 11)
- педагогический тренинг (занятие 12)
- тренинг креативности для взрослых (занятие 13)

ЗАДАНИЕ 6

Для закрепления полученных теоретических знаний и формирования навыка составления программ групповой работы студентам предлагается выполнить следующее задание: составить программу занятий группы интенсивного обучения, сопроводив её необходимыми психологическими комментариями. Представленная программа должна включать в себя следующие разделы:

Введение. Во введении (2-3 стр.) следует обосновать актуальность работы в заявленной области, указать цели и задачи интенсивного обучения, основные психологические реальности, на которые были направлены усилия.

Можно охарактеризовать личные мотивы и переживания, связанные с данной темой.

Краткий обзор проблемы. В этом разделе (5-6 стр.) необходимо дать анализ проблемы, на которую направлена программа, показать причины её возникновения, способы психологической помощи людям, испытывающим подобные затруднения, сопоставить различные подходы, применяемые в данной области. Ценным будет изложение своего видения проблемы, своих способов её решения.

Программа интенсивного обучения. В процедурном разделе следует конкретизировать цели и задачи работы группы, указать продолжительность сессии и продолжительность каждого занятия, охарактеризовать количественный и качественный состав предполагаемых участников группы, описать принципы отбора участников, предложить возможные способы измерения эффективности групповой работы. Необходимо составить тренинговую матрицу, выделив основные задачи работы и конкретизировав их по сферам психологического воздействия. Также необходимо представить тренинговый сценарий, выделив основные блоки работы, цель работы по каждому блоку, определив количество занятий в каждом блоке, их цели и задачи, возможные психотехники для каждого занятия.

Тренинговая матрица

Область психологической реальности	Проблемы (задачи психологического воздействия)
---------------------------------------	--

Система представлений

(когнитивная)

Система

отношений (эмоциональная)

Система умений

(поведение)

Тренинговый сценарий

Блок	Цель	Количество
------	------	------------

занятий	Цель
---------	------

занятия	Задачи
---------	--------

занятия	Психотехники
---------	--------------

Блок 1	Занятие 1.
--------	------------

Блок 2	Занятие 2. Занятие 1. Занятие 2. Занятие 3. Занятие 4.
Блок 3	Занятие 1. Занятие 2.

В основном разделе необходимо представить описание предлагаемых занятий. Каждый этап работы должен преследовать определённую цель, решать поставленные перед группой задачи. Цели каждого занятия должны соотноситься с целями соответствующего этапа работы группы. Описание отдельного занятия предполагает следующую последовательность:

- цель занятия
- ритуал приветствия
- упражнения-разминки
- основные процедуры и техники
- релаксационные процедуры (в случае их необходимости)
- домашнее задание участникам группы (если оно предполагается логикой групповой работы)
- ритуал прощания.

Описание каждой процедуры и техники, применяемой в процессе групповой работы должно включать цель и предполагаемый психологический эффект, необходимое оборудование и материалы, ход упражнения, рекомендации ведущему, возможные трудности при выполнении, основные линии обсуждения упражнения участниками, их психологический смысл, возможные модификации упражнения.

Заключение. В заключении следует дать общую оценку эффективности предложенной программы, описать трудности её реализации, предложить идеи о продолжении работы в выбранном направлении. Поделиться личными открытиями и переживаниями.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Перечень видов оценочных средств состоит из:

1. Работа на семинаре
2. Задания для самостоятельной работы
3. Тестирование
4. Профессиональные задачи
5. Рефлексивное эссе

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Для освоения дисциплины необходим компьютер с графической операционной системой, офисным пакетом приложений, интернет-браузером, программой для чтения PDF-файлов, программой для просмотра изображений и видеофайлов и программой для работы с архивами.

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. Elibrary.ru: электронная библиотечная система: база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
3. Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: e.lanbook.com. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
4. Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
5. ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Предисловие

Основная задача вузов – подготовка специалистов к самостоятельной практической деятельности. В настоящее время к этому добавилось требование «профессиональной мобильности», т. е. способности изучать и осваивать новые области знаний. В связи с этим процесс обучения в вузах теперь все больше основывается на самостоятельности и творческой активности, как неременном условии успешного усвоения и овладения обширным и

сложным программным материалом.

Отличительной особенностью обучения в вузе является то, что это, в значительной степени, самообразование.

Наряду с лекциями, семинарскими и практическими занятиями, основным видом учебной деятельности является самостоятельная работа студента. Самостоятельное изучение рекомендованной литературы и источников, подготовка и защита рефератов, докладов, контрольных и курсовых работ, выполнение творческих заданий являются важной формой усвоения учебного материала.

Поэтому, приступая к учебе, настраивайте себя на максимально возможную активную мыслительную деятельность на каждом учебном занятии.

Как правило, большинство студентов, придя в вуз, навыками самостоятельной работы не владеют, а приобретают их постепенно в процессе учебы методом «проб и ошибок». Рациональная организация самостоятельной учебной деятельности предполагает выбор и применение в каждом конкретном случае оптимального варианта выполнения учебных заданий.

Всякий, кто желает приобщиться к какому-либо знанию, достигает этого, прежде всего, собственной деятельностью, собственными усилиями, т. е. самостоятельной работой.

Термин «самостоятельная работа студента» в настоящее время приобретает более широкое толкование и понимается как деятельность студентов, направленная на усвоение, закрепление, расширение и углубление знаний, умений и навыков, получаемых как на занятиях под руководством преподавателей, так и в часы самостоятельной подготовки.

В течение лекции, чтобы воспринять, понять и усвоить преподносимый материал, вы не только слушаете и созерцаете, а должны провести известную самостоятельную работу: осмыслить сказанное преподавателем; записать своими словами, перенести рисунки, схемы в свой конспект; уяснить логику и основные идеи, проблемы и методы их разрешения.

Преподаватель читает лекции для всей аудитории, а восприятие ее и усвоение строго индивидуально, причем, с каждой лекции вы уносите столько, сколько можете.

На семинарах, групповых и практических занятиях доля вашей самостоятельной работы увеличивается. вам приходится самостоятельно готовиться к занятиям, а на занятиях самостоятельно решать задачи, ставить и решать определенные вопросы, выступать, оперировать понятиями и определениями, проводить анализ, формулировать решения.

На занятиях в форме деловых и ролевых игр вы работаете практически самостоятельно, играя определенную роль. На этих занятиях в полной мере проявляется не только усвоенный объем знаний, но и темперамент, и характер, и, самое главное, образ мышления, способность к самостоятельной деятельности.

Кроме занятий в аудиториях под руководством преподавателей, вы самостоятельно работаете с учебниками и научной литературой, конспектируете первоисточники, готовитесь к семинарам, практическим и лабораторным занятиям, выполняете домашние

задания различного рода, курсовые работы, готовите рефераты, ведете научные исследования и т. д.

В ходе самостоятельной работы реализуются главные функции обучения – закрепление знаний и переработка их в устойчивые умения и навыки. Одновременно с этим развивается ваше творческое мышление, приобретаются навыки работы с научной литературой и навыки самостоятельного поиска знаний. От степени самостоятельности выполнения всех этих типов работ, от настойчивости каждого из вас в этой самостоятельной работе зависит успех обучения.

Совместно с учебными занятиями под руководством преподавателей хорошо организованная самостоятельная работа обеспечивает вам развитие таких качеств, как организованность, дисциплинированность, активность и целеустремленность, инициатива, настойчивость в достижении поставленной цели, а также приобретение высокой культуры умственного труда, т. е. тех профессиональных качеств, которые необходимы современному специалисту.

Самообучение – один из самых ценных способов познания, когда развивается мышление, формируются ценнейшие качества человеческой личности: интерес к наукам, потребность в духовном обогащении, способность к творчеству, воля. Вместе с тем, самообучение доставляет человеку огромную радость и удовлетворение. Знания и навыки, приобретенные самостоятельно, остаются на всю жизнь.

Учеба в вузе – процесс очень непростой. С первых же дней на студента обрушивается громадный объем информации, которую необходимо усвоить. Нужный материал содержится не только в лекциях (запомнить его – это только малая часть задачи), но и в учебниках, книгах, статьях. Порой возникает необходимость привлекать информационные ресурсы Интернет.

Система вузовского обучения подразумевает значительно большую самостоятельность студентов в планировании и организации своей деятельности. Вчерашнему школьнику сделать это бывает весьма непросто: если в школе ежедневный контроль со стороны учителя заставлял постоянно и систематически готовиться к занятиям, то в вузе вопрос об уровне знаний вплотную встает перед студентом только в период сессии. Такая ситуация оборачивается для некоторых соблазном весь семестр посвятить свободному времяпрепровождению («когда будет нужно – выучу!»), а когда приходит пора экзаменов, материала, подлежащего усвоению, оказывается так много, что никакая память не способна с ним справиться в оставшийся промежуток времени.

Поэтому студенту (а тем более студенту-психологу) следует знать о некоторых важных правилах организации деятельности, подсказанных наукой психологией.

Главное – стремиться вырабатывать свой индивидуальный стиль учебно- профессиональной деятельности, то есть совсем не обязательно быть «как все» или вообще «копировать» действия каких-то «особо одаренных» и «успевающих» студентов. Успехов в учебе можно достигать самыми разными способами. Само обучение в вузе – это одновременно и своеобразное «экспериментирование» с самим собой, тем более, тем более, что главный предмет для любого студента – это он сам как развивающийся, самоизменяющийся и рефлексирующий «субъект учебной деятельности». В дальнейшем опыт формирования своего индивидуального стиля может стать основой формирования в себе индивидуального стиля самой профессиональной деятельности.

Лекция (от латинского *lectio* – «чтение») – одна из основных, экономичных, эффективных и эмоционально наполненных форм учебных занятий в ВУЗе. Она представляет собой систематическое, последовательное устное изложение преподавателем раздела конкретной науки или учебной дисциплины. Лекция – это теоретическая основа

для самостоятельной работы студента. Цикл лекций дает систематическое изложение изучаемого курса. Поэтому пропуски лекций абсолютно нежелательны, они разрушают целостность восприятия всей темы и курса и неизбежно приводят к пробелам в знаниях.

В лекции преподаватель старается сориентировать студентов в рассматриваемой научной проблеме, раскрыть наиболее существенные стороны, дать Анализ различных точек зрения, взглядов, существующих концепций по рассматриваемому вопросу, указать наиболее значимые научные работы, посвященные данной проблеме. В лекции находит отражение все то ценное и новое, которого может и не быть в существующих учебных пособиях и учебниках, что может быть еще спорно, но ново и интересно. На лекции в ходе непосредственного общения студентов с преподавателем в доходчивой форме, эмоционально рассматривается самый трудный материал, который порой в учебниках и пособиях представлен лишь набором сухих фактов.

Правила тактичного поведения и эффективного слушания на лекциях:

1. Слушать (и слышать) другого человека – это настоящее искусство, которое очень пригодится в будущей профессиональной деятельности психолога.
2. Если преподаватель «скучный», но Вы чувствуете, что он действительно владеет материалом, то скука – это уже Ваша личная проблема (стоит вообще спросить себя, а настоящий ли Вы студент, если Вам не интересна лекция специалиста?).
3. Существует очень полезный прием, позволяющий студенту-психологу оставаться в творческом напряжении даже на лекциях заведомо «неинтересных» преподавателях. Представьте, что перед Вами клиент, который что-то знает, но ему трудно это сказать (а в консультативной практике с такими ситуациями постоянно приходится сталкиваться). Очень многое здесь зависит от того, поможет ли слушающий говорящему лучше изложить свои мысли (или сообщить свои знания). Но как может помочь «скучному» преподавателю студент, да еще в большой аудитории? Прием прост – постарайтесь всем своим видом показать, что Вам «все-таки интересно» и Вы «все-таки верите», что преподаватель вот-вот скажет что-то очень важное. И если в аудитории найдутся хотя бы несколько таких студентов, внимательно и уважительно слушающих преподавателя, то может произойти «маленькое чудо», когда преподаватель «вдруг» заговорит с увлечением, начнет рассуждать смело и с озорством (иногда преподаватели сами ищут в аудитории внимательные и заинтересованные лица и начинают читать свои лекции, частенько поглядывая на таких студентов, «вдохновляясь» их доброжелательным вниманием). Если это кажется невероятным («чудес не бывает»), просто вспомните себя в подобных ситуациях, когда с приятным собеседником-слушателем Вы вдруг обнаруживаете, что говорите намного увереннее и даже интереснее для самого себя. Но «маленького чуда» может и не произойти, и тогда главное – не обижаться на преподавателя (как не обижается на своего «так и не разговорившегося» клиента опытный психолог-консультант). Считайте, что Вам не удалось «заинтересовать» преподавателя своим вниманием (он просто не поверил в то, что Вам действительно интересно).
4. Чтобы быть более «естественным» и чтобы преподаватель все-таки поверил в Вашу заинтересованность его лекцией, можно использовать еще один прием. Постарайтесь молча к чему-то «придаться» в его высказываниях. И когда Вы найдете слабое звено в рассуждениях преподавателя (а при желании это несложно сделать даже на лекциях признанных авторитетов), попробуйте «про себя» поспорить с преподавателем или хотя бы послушайте, не станет ли сам преподаватель «опровергать себя» (иногда опытные преподаватели сначала подбрасывают провокационные идеи, а затем как бы сами с собой спорят). В любом случае, несогласие с преподавателем – это прекрасная основа для диалога (в данном случае – для «внутреннего диалога»), который уже после лекции, на

семинаре может превратиться в диалог реальный. Естественно, не следует извращать этот прием и всем своим видом показывать преподавателю, что Вы его

«презираете», что он «ничтожество» и т.п. Критика (особенно критика преподавателя) должна быть конструктивной и доброжелательной. Будущему психологу вообще противопоказано «демонстративное презрение» к кому бы то ни было (с соответствующими «вытаращенными глазами» и «фыркающим ротиком») – это скорее, признак «пациента», чем специалиста-человековеда...

5. Если Вы в чем-то не согласны (или не понимаете) с преподавателем, то совсем не обязательно тут же перебивать его и, тем более, высказывать свои представления, даже если они и кажутся Вам верными. Перебивание преподавателя на полуслове – это верный признак невоспитанности. А вопросы следует задавать либо после занятий (для этого их надо кратко записать, чтобы не забыть), либо выбрав момент, когда преподаватель сделал хотя бы небольшую паузу, и обязательно извинившись. Неужели не приятно самому почувствовать себя воспитанным человеком, да еще на глазах у целой аудитории?

В этой связи рекомендуется:

1. Обратить внимание на то, как строится лекция. Она состоит, в основном из:
 - вводной части, в которой актуализируется сущность вопроса, идет подготовка к восприятию основного учебного материала;
 - основной части, где излагается суть рассматриваемой проблемы;
 - заключения, где делаются выводы и даются рекомендации, практические советы.
2. Настроиться на лекцию. Настрой предполагает подготовку, которую рекомендует преподаватель. Например, самостоятельно найти ответ на вопрос домашнего задания, читая раздел рекомендуемого литературного источника и выявить суть рассматриваемых положений. Благодаря такой подготовке возникнут вопросы, которые можно будет

выяснить на лекции. Кроме того, соответствующая подготовка к лекции облегчает усвоение нового материала, заранее ориентируя на узловые моменты изучаемой темы. Важна и самоподготовка к лекции через стимулирование чувства интереса, желания узнать новое.

3. Слушать лекцию внимательно и сосредоточенно. Не отвлекаться. Ваше внимание должно быть устойчивым. В противном случае есть риск не усвоить именно главные положения темы, оставить за кадром вопросы, которые осложняют учебу в дальнейшем.

4. Помнить, что лекцию лучше конспектировать, независимо есть тема в учебнике или ее нет. Научитесь правильно составлять конспект лекции:

- пишите разборчиво и аккуратно, соблюдая логику изложения;
- сначала прослушайте, уловите мысль и, только потом, запишите ее;
- не старайтесь писать все дословно: записывать все высказывания просто не имеет смысла: важно уловить главную мысль и основные факты. Записывая основное, формулируйте мысли кратко и своими словами, подкрепляйте примерами или фактами, которые приводит лектор (иногда для этого достаточно несколько ключевых слов);
- полностью и точно заносите в тетрадь определения основных понятий, схемы, таблицы, чертежи. Выполняйте все рисунки точно и аккуратно;
- делайте соответствующие смысловые выделения значимых мыслей. Определите для себя соответствующие обозначения. Например: «!» – важно; «?» – проверить, уточнить; и др.;
- оставляйте широкие поля в тетради, которые можно использовать для уточняющих записей, комментариев, дополнений и др.;
- выделяйте разделы, подразделы темы и подтемы.

• применяйте общепринятые и собственные сокращения (лишь бы самому легко было потом разобраться с этими сокращениями).

5. Старайтесь поменьше использовать на лекциях диктофоны, поскольку потом трудно будет «декодировать» неразборчивый голос преподавателя, все равно потом придется переписывать лекцию (а с голоса очень трудно готовиться к ответственным экзаменам). Диктофоны часто отвлекают преподавателя тем, что студент ничего не делает на лекции (за него, якобы «работает» техника) и обычно просто сидит, глядя на преподавателя немигающими глазами (взглядом немного скучающего «удава»), а преподаватель чувствует себя неуютно и вместо того, чтобы свободно размышлять над проблемой, читает лекцию намного хуже, чем он мог бы это сделать (и это не только наши личные впечатления: очень многие преподаватели рассказывают о подобных случаях). Особенно все это забавно (и печально, одновременно) в аудиториях будущих психологов, которые все-таки должны учиться чувствовать ситуацию и как-то положительно влиять на общую психологическую атмосферу занятия...

6. Возьмите за правило работать над конспектами лекции следующим образом:

- повторить изученный материал по конспекту;
- непонятные предложения вынести на поля и уточнить их значение;
- неоконченные фразы, недописанные слова и предложения устранить, пользуясь данными учебника или других рекомендованных источников;
- завершить техническое оформление лекции: подчеркните главные мысли, отметьте разделы и подразделы, выделите вопросы и подвопросы.

7. Для пропущенной лекции оставьте несколько страниц в тетради и восстановите ее содержание во время самостоятельной работы. В противном случае вы нарушите целостность изучаемого цикла.

СЕМИНАР, КОЛЛОКВИУМ, ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Семинар (от латинского *seminarium* – «рассадник», «переноси», «школа») – это особая форма учебно-теоретических занятий, которая как правило, служит дополнением к лекционному курсу. Семинар обычно посвящен детальному изучению отдельной темы. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Основные задачи семинара:

1. Помочь студентам глубоко овладеть изучаемым предметом.
2. Способствовать развитию у студентов необходимых умений и навыков, научного мышления.
3. Осуществлять в системе контроль за качеством подготовки в целом и по изучаемому предмету в частности.

Семинарские занятия могут быть представлены тремя разновидностями: просеминар, собственно семинар и спецсеминар.

1. Просеминар – вид практических занятий, который подготавливает студентов к собственно семинару. Основная его цель – показать специфику, особенности самостоятельной работы в области изучаемой проблемы, дисциплины в целом или учебного предмета.

2. Семинар – это более высокий этап занятий, при котором студенты имеют возможность продемонстрировать не только теоретические знания, но и навыки самостоятельной работы и самостоятельного анализа. В зависимости от целей, формы организации и проведения различают следующие виды семинаров:

- способствующие углубленному изучению определенного систематического курса;
- способствующие изучению отдельных, наиболее важных тем курса;

• исследовательского характера с независимой от лекции тематикой.

3. Спецсеминар – особый вид практических семинарских занятий, дающий возможность студентам более глубоко обсудить отдельную проблему на фоне других проблем. Цель спецсеминара – поощрять творческую, самостоятельную

мысль студентов.

Отличительной особенностью семинара как формы работы является активное участие самих студентов в коллективном объяснении вынесенных для обсуждения вопросов и проблем. Такая цель требует и ответственного отношения к подготовке и со стороны преподавателя, и со стороны студентов. Практика показывает, что самое трудное и объемное содержание материала успешно усваивается при грамотном организационном построении самого семинара и обязательной подготовке всех, без исключения, студентов.

Вам придется участвовать во всех видах семинаров. При этом их активность в каждом из них позволяет существенно углубить свои знания по дисциплинам, приобрести умение самостоятельно работать над источниками, готовиться и выступать с доказательствами, вести дискуссию, отстаивать свои взгляды. Однако всего этого можно достигнуть лишь при условии настойчивой и кропотливой подготовки.

Подготовку к семинару целесообразно проводить в четыре этапа.

На первом этапе необходимо по плану семинара уяснить тему, цель и вопросы, вынесенные на семинар. На основе этого необходимо:

- определить свою роль и задачу на семинаре (подготовка реферата, выступления и т. д.),
- объем и порядок работы,
- предусмотреть какие и когда потребуются источники по каждому вопросу семинара,
- когда, к какому сроку и в какой форме необходимо составить конспект первоисточников,
- какой материал подготовить для обоснования,
- какие дополнительные материалы можно будет привлечь,
- где их найти.

Как правило, вся работа выполняется за 1—2 вечера и оформляется в виде краткой записи в рабочей тетради.

Второй этап подготовки к семинару включает сбор и ознакомление с литературой путем беглого ее просмотра. Беглое ознакомление с книгами требует определенных навыков, приобретаемых во время учебы.

Третий этап подготовки к семинару включает глубокое изучение источников, конспектирование и одновременно смысловую группировку материала в соответствии с планом семинара, т. е. выделение смысловых опорных пунктов, аргументов, необходимых для ответа на вопросы, поставленные в плане семинара. Целесообразно представление материала в виде записей или опорного конспекта (графических моделей, структурно-логических схем, таблиц или графиков). Особенно важно, чтобы в итоге изучения этого материала была выработана по данному вопросу своя точка зрения.

Записи имеют первостепенное значение для самостоятельной работы. Они помогают понять построение изучаемой книги, выделить основные положения, проследить их логику и тем самым проникнуть в творческую лабораторию автора. Можно указать следующие основные формы записи: план (простой и развернутый), выписки, тезисы, конспект.

Ведение записей способствует превращению чтения в активный процесс, мобилизует, наряду со зрительной, и моторную память. У человека, систематически ведущего записи, создается свой индивидуальный фонд подсобных материалов для быстрого повторения прочитанного, для мобилизации накопленных знаний. Особенно важны и полезны записи тогда, когда в них находят отражение мысли, возникшие у

читателя при самостоятельной работе над произведением.

Нередко среди начинающих такую самостоятельную работу можно встретить людей, полагающих, будто записи - дело простое, требующее в основном усилий рук, а не головы. Это сугубо ошибочное представление. Полноценные записи отражают не только содержание прочитанного, но и результат мыслительной деятельности читателя. Важно развивать у себя умение сопоставлять источники, продумывать изучаемый материал.

При выполнении записей важно придерживаться правила: прочел - разобрался - понял - записал.

Четвертый, заключительный этап подготовки к семинару включает углубленную работу с конспектом. Следует еще раз внимательно прочесть конспект, произвести его разметку (подчеркнуть заголовки, выделить наиболее важные цитаты и т. д.), составить план выступления и провести репетицию.

Подготовка к семинару — это творческая работа, требующая предельной последовательности и настойчивости. Нельзя и не нужно заучивать материал. Рекомендованную литературу следует прочитать, осмыслить, законспектировать, проконсультироваться у преподавателя по поводу сложных и непонятных вопросов, продумать план своего выступления на занятии. Продумывание материала в соответствии с поставленными в плане вопросами — главный этап самостоятельной работы и залог успешного выступления на семинаре.

На семинаре важно быть готовым к выступлению по всем поставленным в плане вопросам, проявлять максимальную активность при их рассмотрении. Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументированно. Этого можно добиться лишь при хорошем владении материалом.

Выступление нельзя сводить к бесстрастному пересказу, тем более недопустимо простое чтение конспекта. Важно проявить собственное отношение к тому, о чем говорите, высказать свое личное мнение, понимание, обосновать его и сделать правильные выводы из сказанного. При этом можно обращаться к записям конспекта и лекций, непосредственно к произведениям, использовать знание художественной литературы и искусства, факты и наблюдения современной жизни и т. д. Вокруг такого выступления могут разгореться споры, дискуссии, к участию в которых должен стремиться каждый. А для этого необходимо внимательно и критически слушать своего товарища, подмечать особенное в его суждениях, улавливать недостатки и возможные ошибки и, если нужно, выступить, не дожидаясь заключительного слова преподавателя. При этом следует обратить внимание на то, что еще не было сказано, или поддержать и развить интересную мысль, высказанную предыдущим товарищем.

В заключение преподаватель, как руководитель семинара, подведет итоги выступлений. Все, что будет сказано преподавателем, нужно обязательно отметить в своих конспектах и, если потребуется, внести в них исправления и дополнения.

Практические занятия, как и семинарские, ориентированы на закрепление изученного теоретического материала и формирование определенных профессиональных умений и навыков. Под руководством и контролем со стороны преподавателя студенты выполняют конкретные задания, упражнения, решают комплексы задач. Одни из них служат иллюстрацией теоретического материала и носят воспроизводящий характер, они выявляют качество понимания студентами теории. Другие представляют собой образцы задач и примеров, разобранных в аудитории. Для самостоятельного выполнения требуется, чтобы студент овладел показанными методами решения. Следующий вид заданий может содержать элементы творчества. Одни из них требуют от студента преобразований, реконструкций, обобщений. Для их выполнения необходимо привлекать ранее приобретенный опыт, устанавливать внутрипредметные и междисциплинарные связи. Решение других требует дополнительных знаний, которые студент должен приобрести самостоятельно. Третьи предполагают наличие у студента некоторых исследовательских

умений.

Практические занятия стимулируют мышление, сближают учебную деятельность с научным поиском и, безусловно, готовят к будущей практической деятельности.

Разновидностью практических занятий является тренинг. Как система регулярных упражнений, направленная на развитие определенных способностей, умений и навыков или их совершенствование, тренинг требует соответствующей подготовки и ответственного отношения со стороны каждого студента. Поэтому подготовка к тренингу, как к любому практическому занятию, включает:

- 1) восстановление в памяти теоретических основ, согласно заявленной теме (прочитать лекцию или материал в учебнике, в рекомендованном литературном источнике);
- 2) знакомство, если это необходимо, со справочной или другой учебной литературой;
- 3) выполнение требуемых заданий.

Коллоквиум (от латинского colloquium – «собеседование») – это вид учебно-теоретических занятий, представляющих собой обсуждение под руководством преподавателя широкого круга проблем, относительно самостоятельного большого раздела лекционного курса. Одновременно это и форма контроля, разновидность устного экзамена, коллективного опроса, позволяющая в короткий срок выяснить уровень знаний большого количества студентов по разделу курса.

Коллоквиум обычно проходит в форме дискуссии и требует обязательного активного участия всех присутствующих. Вам дается возможность высказать свое мнение, точку зрения, критику по определенным вопросам. При высказывании требуется аргументированность и обоснованность собственных оценок. Вне глубины и осознанности изученного этого не продемонстрируешь. Коллоквиум может быть проведен и в письменной форме.

В этой связи рекомендуется:

1. Посещать все семинарские, лабораторные и другие практические занятия. Это залог успешного освоения программного курса в целом и грамотной организации самостоятельной работы. Любой семинар или практическое занятие воспринимать, как уникальную возможность овладеть знаниями, полезными навыками, необходимой профессиональной техникой.
2. Приучить себя заранее готовиться к занятиям.
3. При подготовке к семинару, лабораторному или практическому занятию необходимо:
 - проанализировать тему, продумать вопросы, главные проблемы, которые вынесены для коллективного обсуждения;
 - прочитать (если есть) лекцию по рассматриваемой проблеме;
 - изучить рекомендованную литературу;
 - выработать свою собственную систему записи при работе с литературными источниками:
 - ☐ сделать краткие выписки в тетрадь (цитаты, примеры, основные положения);
 - ☐ особо выделить собственное мнение, которое сложилось в процессе самостоятельной подготовки и аргументы его обосновывающие;
 - ☐ записать вопросы, возникшие при изучении проблемы и обязательно получить на них ответы во время семинара, лабораторного или другого практического занятия.
4. В процессе работы на занятии важно:
 - не отвлекаться, внимательно слушать ответы других студентов, соотносить их со своим мнением, с изученной теорией, с личной практикой;
 - активно высказывать свою точку зрения, доказывать ее, подкрепляя научной

информацией, фактами. Быть убедительным, особенно в ситуациях критики других. Помнить, что критика должна носить конструктивный характер, содержать в себе альтернативное предложение;

- не бояться выступать с докладами, сообщениями перед своими сокурсниками. Только так можно приобрести необходимый навык публичного выступления и избавиться от многих комплексов, связанных с самопрезентацией.

КОНСУЛЬТАЦИЯ

Консультация. Любая консультация отличается от аудиторного занятия по расписанию, прежде всего, свободой во времени. В процессе консультаций преподаватель вправе использовать неформальное общение, в основе которого, как известно, диалог. Поэтому именно на консультациях, во время общения с преподавателем студенту предоставляется уникальная возможность получить ответы на разнообразные вопросы и в аспекте изучаемой дисциплины, и личного плана. Консультация может быть индивидуальной или групповой. Однако любая консультация, как и занятие, требует соответствующей подготовки со стороны студента. В противном случае неизбежна потеря времени и преподавателя, и студента.

В этой связи рекомендуется:

1. Сформулируйте вопросы, которые возникли при изучении тем, отдельных вопросов, изучаемых профессиональных дисциплин.
2. Попытайтесь самостоятельно найти ответы на собственные вопросы, зафиксируйте результаты поисков.
3. Смело задавайте вопросы, добивайтесь полной ясности при ответе.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа студента (СРС) – это вид познавательной деятельности, при котором проявляются активность и независимость личности, инициатива, ответственность, способность действовать без посторонней помощи и руководства, процесс усвоения определенной суммы знаний и способов деятельности. СРС, с одной стороны, способствует эффективной работе студентов по усвоению знаний и овладению способами деятельности, входящими в содержание обучения определенному учебному предмету, с другой стороны, удовлетворяет потребность студентов в самосовершенствовании по предмету за пределами обязательного программного материала. Основой ее является непосредственный личный интерес и познавательная культура, определяющая характер целеполагания и систему деятельности личности.

К самостоятельной работе надо быть готовым, т.е. уметь ставить цели, определять (можно и с помощью преподавателя) объем материала, уметь выбирать рациональные способы учения, четко следовать намеченному графику деятельности, анализировать проделанное и давать себе оценку.

Организация деятельности во время самостоятельной работы может быть различной. При полной («автономной») самостоятельности Вы сами формулируете цель работы (даете себе установку), сами выбираете содержание, создаете условия, сами ограничиваете себя сроками и несете ответственность за качество своей работы. При неполной (частичной) самостоятельности функция определения цели, содержания деятельности, сроков выполнения задания, форм отчетности возлагается на преподавателя. Ваша самостоятельность заключается в индивидуальном стиле осуществления заданного преподавателем объема работы.

По форме самостоятельная работа может быть аудиторной под руководством

преподавателя и внеаудиторной с участием преподавателя и без него.

Аудиторная самостоятельная работа, как правило, осуществляется на лекции, практических, лабораторных, семинарских занятиях и представляет собой форму самостоятельной продуктивной в учебном отношении деятельности студентов: совместные рассуждения, расшифровка тезиса, «включение в дискуссию» с обоснованием своей точки зрения, выполнение определенного объема задания, тематические диктанты, контрольные работы и т.п.

Внеаудиторная самостоятельная работа предусматривает изучение научной и специальной литературы, подготовку к занятиям, выполнение контрольных работ, написание рефератов, докладов, выполнение заданий по темам, вынесенным на самостоятельное изучение. Она обычно корректируется, контролируется и оценивается преподавателем или самим студентом через тесты, вопросы для самоконтроля.

По цели это может быть проработка материала, выполнение учебно- исследовательских заданий и исследовательская работа.

Текущая проработка материала включает выполнение задания по предмету, работу с конспектами лекций, конспектирование первоисточников, подготовку к семинарам, лабораторным работам и т.п.

Учебно-исследовательская работа (УИР) предполагает выполнение проблемно- поисковых и творческих заданий, написание докладов, рефератов, выполнение курсовых и дипломных работ, педагогических проектов. Результаты различных типов исследовательской работы могут быть представлены Вами на научно-практических конференциях.

Конспект – это последовательное, связанное изложение материала книги или статьи в соответствии с ее логической структурой. Основную ткань конспекта составляют тезисы, но к ним добавляются и доказательства, факты и выписки, схемы и таблицы, а также заметки самого читателя по поводу прочитанного. Если конспект состоит из одних выписок, он носит название текстуальный конспект. Это самый «неразвивающий» вид конспекта, так как при его составлении ваша мысль практически выключается из работы и все дело сводится к механическому переписыванию текста. Если содержание прочитанного представлено в основном в форме изложения, пересказа — это свободный конспект. Если из прочитанного в качестве основных выделяются лишь одна или несколько проблем, относящихся к теме, но не все содержание книги — тематический конспект.

Хорошим средством, направляющим ваше самообразование, является выполнение различных заданий по прочитанному тексту. Например: составить его развернутый план или тезисы; составить и заполнить обобщающую таблицу по основным аспектам рассмотренной проблемы; сделать графические схемы; ответить на вопросы проблемного характера, скажем, об основных тенденциях развития той или иной проблемы, наиболее важных аспектах изучаемого явления или феномена; наконец, составить проверочные тесты по проблеме, написать и «защитить» по ней реферат.

Контрольная работа – одна из форм проверки и оценки усвоенных знаний, получения информации о характере познавательной деятельности, уровня самостоятельности и активности студентов в учебном процессе, эффективности методов, форм и способов учебной деятельности. Темы контрольных работ разрабатывает преподаватель, ведущий дисциплину.

Для контрольных работ важно, чтобы Вы продемонстрировали знания по определенной теме (разделу), понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей, умение самостоятельно делать выводы и обобщения, творчески использовать знания и навыки.

При выполнении контрольных работ следует использовать предложенную основную литературу и подбирать дополнительные источники. Ответы на вопросы

должны быть конкретны, логичны, по теме, с выводами и обобщением, и собственным отношением к проблеме.

Работа выполняется аккуратно, без помарок, в рукописном виде или машинописным или компьютерным набором текста.

Структура контрольной работы:

1. Титульный лист.
2. План – перечень вопросов, заданий.
3. Основная часть.
4. Список литературы.

Требования по оформлению контрольной работы аналогичны требованиям оформления курсовой работы.

Практические или творческие задания для самостоятельной работы. Такие задания могут быть направлены как на углубленную проработку теоретического материала, так и на формирование определенных профессиональных умений, профессионально значимых личностных качеств. Задания предлагаются в виде практикума или могут быть даны преподавателем непосредственно на занятии. Каждое задание сопровождается рекомендациями по его выполнению, схемой анализа проделанной работы.

Доклад – вид самостоятельной работы, используется в учебной и внеучебной деятельности, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает к научному мышлению.

При подготовке доклада по заданной теме следует составить план, подобрать основные источники. Работая с источниками, важно систематизировать полученные сведения, сделать выводы и обобщения. К докладу по крупной теме могут привлекаться несколько студентов, между которыми распределяются вопросы выступления. Структура любого доклада может быть представлена следующим образом: постановка проблемы; систематизированное изложение основных результатов ее изучения (направления исследований, основные положения теорий, основные научные результаты (достижения) в изучении феноменов, процессов, явлений в рамках излагаемой проблемы, спорные или неизученные аспекты); выводы и обобщение (резюме).

Устные выступления – это то, чему надо обязательно учиться. Лишь очень немногие из нас являются ораторами от природы и, предоставленные сами себе, мы вносим в наши выступления путаницу, ненужные подробности, и, в конце концов, скуку. Этого можно избежать, если следовать нескольким простым правилам и приемам.

Не надо жалеть времени на подготовку устных выступлений: ваша будущая карьера может зависеть от того, как вы умеете выступать и представлять свои результаты. Хорошая работа достойна того, чтобы ее хорошо доложить.

В процессе обучения вы столкнетесь с необходимостью делать как минимум два вида устных выступлений:

- доклад на семинаре, коллоквиуме;
- доклад на конференции.

Главная цель любого доклада – донести до слушателей то, что вы хотите им сказать. (Возможны, конечно, и другие цели, но мы будем исходить только из этой.) Это означает, что вы должны завладеть вниманием аудитории и не отпугнуть слушателей ни избытком скучных подробностей, ни особенностями технического представления доклада. По возможности, не пишите на доске, так как это затягивает время. Кроме того, ваш красивый почерк обязательно покажется кому-нибудь мелким или неразборчивым.

Используйте для иллюстрации сообщения компьютерный проектор.

О чем важно помнить во время доклада:

1. Нельзя недооценивать аудиторию. Слушатели, как правило, достаточно умны. Поэтому не пытайтесь показать аудитории, насколько умны Вы. Если это

действительно так, то слушатели заметят.

2. Старайтесь говорить не монотонно, иначе вы вскоре увидите борющихся со сном слушателей. Подчеркивайте голосом и жестами (умеренными) наиболее важные положения доклада.

3. Отдайте должное вашим предшественникам. Это покажет, что вы знакомы с литературой по обсуждаемой проблеме. Кроме того, аудитория оценит, что вы не считаете, что разрешили «ударом гения» важный вопрос, который в течение многих лет не давался лучшим умам человечества. (Это случается очень редко, и поэтому смело можете полагать, что Вас это не касается.)

4. Если вы собираетесь кого-либо опровергнуть, не выпячивайте это (кто знает, быть может, потом в этой роли окажется и ваш доклад). Будьте вежливы.

5. Не надоедайте слушателям всем известными деталями. Это раздражает и приводит к потере внимания. Иногда бывает полезно сообщить основной вывод в начале доклада. В противном случае слушатели могут начать проявлять нетерпение и торопить вас, чтобы вы скорее добрались до результата.

6. Не пытайтесь рассказывать обо всем, но только о теме выступления и в пределах отведенного времени.

7. Для того, чтобы показать что-либо на экране, пользуйтесь указкой. Помните, что не стоит поворачиваться спиной к слушателям. Если нет достаточно большой (или лазерной) указки, используйте маленькую указку, ручку или карандаш, но не ваши пальцы. Старайтесь не загромождать экран от аудитории.

8. Следите за аудиторией. Желательно не обращаться с докладом только к одному слушателю – это будет выглядеть странно. Лучше заранее выбрать несколько человек в аудитории, за реакцией которых вы будете следить во время выступления.

9. Заранее решите, что вы можете выкинуть из доклада, если не будете укладываться в отведенное время. Начните с короткого вступления и избегайте говорить о не относящихся к делу вещах. Спланируйте выступление так, чтобы его длительность была по крайней мере на 10% меньше отведенного вам времени. Если вы выступаете на конференции, узнайте заранее, включает ли отпущенное на доклад время также и его обсуждение.

10. Не волнуйтесь, если доклад прерывается вопросами. Как правило, это вызвано интересом слушателей к сообщению. Если ответ на вопрос будет ясен из последующей части доклада, просто скажите это. Если же вы чувствуете, что из-за вопросов остается мало времени и придется комкать выступление, обратитесь к руководителю семинара или

конференции с предложением: «Я думаю, что более подробно мы обсудим это во время дискуссии или после доклада».

11. В конце доклада необходимо сделать основные выводы по излагаемой теме (проблеме).

12. Если вас спросили о том, что вы не знаете или о чем вы не думали, признайте это. Иногда бывает полезно сказать, что заданные вопросы или сделанные замечания очень интересны и что вы обязательно учтете их в последующей работе (если, конечно, они заслуживают это).

13. Если кто-либо из слушателей решительно не согласен с вами и агрессивно атакует детали доклада, постарайтесь объяснить вашу точку зрения. Помните, что вам нужно убедить слушателей, а не оппонента (его, как правило, все равно не убедить), и поэтому обращайтесь к аудитории. Вы можете предложить оппоненту детально объяснить и развить его возражения, но делайте это лишь в том случае, если вы абсолютно уверены в своей правоте. Следует также помнить две важные вещи. Во-первых, дискуссии способствуют лучшему пониманию проблемы (а научные – прогрессу науки) и ваш личный статус зависит, в частности, и от того, насколько компетентным вы показываете себя в дискуссиях, и кто оказывается

правым в результате. Во-вторых, вы ни в коем случае не должны публично оскорблять оппонента, и не должны допускать этого в отношении самого себя.

14. Если вы ожидаете, что какие-то конкретные вопросы будут обязательно заданы (вы можете даже специально спровоцировать их), хорошо подготовьтесь к ним.

15. Компьютерные иллюстрации играют во время доклада очень важную роль. Докладчику они позволяют сохранять связанность и последовательность изложения и избавляют от необходимости заглядывать в текст сообщения. Слушателям же они помогают еще в большей степени. Они помогают им делать заметки, подумать о том, то вы только что сказали или еще собираетесь сообщить, позволяют следить за докладом даже после частичной потери внимания.

16. Пишите текст большими буквами. Рекомендуются заранее убедиться, что ваш текст будет различим в дальнем конце аудитории. Вы можете использовать разный цвет шрифта, но излишняя пестрота отвлекает внимание.

17. Помещайте не более 8-10 строчек на одном слайде и используйте короткие фразы.

18. Не стоит показывать длинные таблицы, содержащие, как правило, лишнюю информацию. В некоторых случаях (конечно, не всегда) гораздо нагляднее использовать гистограммы.

19. Избегайте большого числа малоинформативных и дублирующих друг друга рисунков. Когда показываете рисунок, дайте время разглядеть и осознать его. Рисунки не должны быть слишком сложными и запутанными. Лучше сделать новый рисунок, оставив на нем только то, что нужно для доклада, чем использовать иллюстрацию с излишней и отвлекающей информацией. Не забудьте объяснить, что у вас отложено по осям и какие единицы измерения используются.

20. Если вы выбились из времени, не пытайтесь показать все оставшиеся слайды презентации, пролистывая их с большой скоростью на проекторе. Просто пропустите их. Если же они содержат очень важную информацию, суммируйте ее коротко вслух.

Для доклада на конференции вам отводится очень ограниченное время для выступления (как правило, 10-15 мин.) и структура доклада должна это учитывать. У вас не будет времени для детального обсуждения, но, если вы хорошо сделаете доклад, заинтересованные слушатели подойдут к вам за подробностями после выступления.

Типичные разделы доклада: актуальность проблемы; основные теоретические положения, на которых вы основываетесь; цель, задачи и гипотеза исследования; методы, результаты; сравнение с литературными данными; обсуждение результатов, планы на будущее и т.п.

Начните с названия, авторов и краткого описания проблемы. Затем можно сразу привести ваш основной результат. Лучше сообщить его в начале, чем произнести скороговоркой, уже выбившись из времени, в конце доклада. Оставшееся время посвятите наиболее важным подробностям работы. В конце выступления снова изложите основной результат.

Реферат (от латинского *refero* – «сообщаю») – это краткое изложение в письменном виде или в форме публичного доклада содержания научного труда или трудов, литературы по теме. Это самостоятельная научно-исследовательская работа студента, где раскрывается суть исследуемой студентом проблемы.

Важно разобраться сначала, какова истинная цель Вашего научного труда (сообщить миру о своих идеях, просто «спихнуть» реферат по неинтересной для Вас проблеме, поупражняться в написании научных текстов и т.п.) – все это поможет Вам разумно распределить свои силы, время и главное, – чувства («стоит ли вкладывать душу в работу или не стоит»...).

Писать серьезные работы следует тогда, когда есть о чем писать и когда есть настроение поделиться с миром своими рассуждениями; хуже всего – это «вымученные»

тексты, написанные без соответствующего желания и настроения. И, наоборот, с хорошим настроением тексты получаются не только быстрее, но и намного качественнее, ведь психология – это все-таки творческая наука, основанная на «вдохновении»; правда, можно прождать вдохновения слишком долго, так и не сделав вовремя нужную работу.

Как создать у себя подходящее творческое настроение для работы над научным текстом (как найти «вдохновение»? Во-первых, должна быть идея, а для этого нужно научиться либо относиться к разным явлениям и фактам несколько критически (своя идея

– как иная точка зрения), либо научиться увлекаться какими-то известными идеями, которые нуждаются в доработке (идея – как оптимистическая позиция и направленность на дальнейшее совершенствование уже известного). Во-вторых, важно уметь отвлекаться от окружающей суеты (многие талантливые люди просто «пропадают» в этой суе), для чего важно уметь выделять важнейшие приоритеты в своей учебно-исследовательской деятельности. В-третьих, научиться организовывать свое время, ведь, как известно, свободное (от всяких глупостей) время – важнейшее условие настоящего творчества. Иногда именно на организацию такого времени уходит немалая часть сил и талантов.

Перед началом работы над рефератом следует наметить план и подобрать литературу. Прежде всего, желательно пользоваться литературой, рекомендованной учебной программой, а затем расширить список источников, включая и

использование специальных журналов, где имеется новейшая научная информация.

При подготовке к написанию реферата прочитать необходимо всю книгу или другой источник, но при этом главы, разделы, параграфы, непосредственно касающиеся темы работы, требуют более тщательной проработки, а второстепенные главы – беглого ознакомления, чтобы не терять логику рассуждений и доказательств автора. Особенно внимательно следует делать выписки. Рекомендуются два практически оправдавших себя способа: в тетрадях или на отдельных листах (карточках).

Записи в тетрадях дают возможность последовательно излагать материал, но при таком способе его труднее систематизировать и распределять по плану работы. Записи на отдельных листах или карточках выгодно отличаются тем, что на каждой из них делается одна выписка по конкретному вопросу, и затем их можно легко разложить по конвертам (в соответствии с планом работы). Тетрадные листы в дальнейшем потребуются разрезать. Учитывая это, записи необходимо делать с одной стороны листа и не переносить часть текста на другую.

Для реферата (или курсовой работы) выписок будет немного, и может быть применен любой из названных способов.

Однако с учетом того, что выполненная работа может впоследствии перерасти в выпускную, было бы целесообразнее делать выписки на отдельных карточках, при этом точно указывая фамилию и инициалы автора работы, ее полное название, издательство, год и место издания, страницу выписанного положения или цитаты. Это позволит при написании текста выпускной работы правильно использовать изученный материал и существенно сэкономить время для оформления сносок и библиографии.

Своеобразным фактическим материалом являются цитаты.

Цитата – это дословная выдержка из какого-либо текста. Она приводится в кавычках и обязательно должна иметь точное указание, ссылку, откуда она взята. Ссылка должна содержать фамилию и инициалы автора, название книги (или статьи), место издания, издательство, страницу. Если цитируется статья из сборника или журнала, то сначала указывается автор и название статьи, затем название сборника или журнала, его выходные данные и страница.

Цитаты приводятся в следующих четырех случаях:

- если необходимо использовать содержащийся в цитате фактический материал и сделать из него свои выводы;
- если необходимо подтвердить свою мысль ссылкой на общепризнанного

политического деятеля, ученого, специалиста, очевидца событий и т. д.;

- если необходимо опровергнуть или уточнить чье-то мнение; если цитата придает изложению больше выразительности, образности, эмоциональности.
- цитирование усиливает достоверность и убедительность доводов, фактов, логических рассуждений, ярких образов.

Различают цитаты иллюстрированные, т. е. подтверждающие авторскую мысль или придающие ей яркое, образное выражение, и аналитические, составляющие часть анализируемого материала. Иллюстративные цитаты обычно не требуют особых пояснений, и, приводя их, можно ограничиться лишь ссылкой на источник.

Иногда вместо дословной цитаты лучше привести ее краткое изложение. Это позволяет облегчить восприятие пересказываемого отрывка, более выпукло представить те аспекты, которые нужны автору для дальнейших рассуждений. Однако при пересказе необходимо постараться сохранить все достоинства цитируемого отрывка и ни в коем случае не исказить его содержания, основного смысла. Цитаты должны быть краткими, тогда они легче воспринимаются. Если мнение автора настолько необычно или спорно, что может вызвать сомнение читателя, необходимо привести полную цитату и ссылку на источник. Цитировать следует по первоисточнику, т. е. непосредственно по тексту цитируемого произведения.

После изучения источников следует тезисно представить содержание работы.

Тезисы — это сжатое изложение основных положений прочитанного (или предстоящего выступления), утверждения, выводы. Они особенно нужны, когда приходится кратко и всесторонне характеризовать сложное явление или проблему. В тезисах мало или вовсе нет доказательств, пояснений, иллюстраций.

Когда материал собран, его необходимо систематизировать. Это позволит вести его изучение в определенной последовательности. Систематизация заключается в распределении материала в соответствии с рабочим планом. Обычно римскими цифрами помечаются параграфы (основные вопросы), буквами — пункты и т. д., таким образом, весь материал легко распределится по теме. Затем его целесообразно в порядке уже принятой нумерации разложить по папкам и конвертам. На папке (конверте) ставится в углу номер параграфа (§ 1, § 2...). На выписке, вырезке, карточке, помещаемой в папку, ставится индекс вопроса. Например: 1А или 3В.

При таком подходе автору всегда будет ясно: достаточно ли материалов, не упущены ли основные из них, над чем еще следует поработать дополнительно. Всегда следует помнить, что выписки и цитаты, статистические данные и тем более статьи нормативных актов, их названия должны быть абсолютно достоверны. Следует иметь в виду и то, что к работе могут потребоваться в качестве приложения схемы, таблицы, рисунки и т. д. Поэтому важно решить, что возможно вынести в приложение.

Следующим важным этапом написания работы является составление рабочего плана. Рабочий план – это короткий перечень основных вопросов содержания работы. Он может быть как простым, так и развернутым, когда каждый вопрос детализируется, расчленяется на составные части, и каждая из них обозначается в соответствии с приведенной выше примерной нумерацией.

Рабочий план раскрывает внутреннюю структуру работы. Важно, чтобы он был логически выдержан, поэтому составление плана – весьма ответственный этап. План – это

«лицо» работы. В ее окончательном варианте он будет напечатан на второй странице после титульного листа. Даже при беглом знакомстве с ним можно составить мнение о направленности, сложности, объеме, характере работы.

Обычный развернутый рабочий план представляет собой детальный перечень согласующихся между собой разделов и подразделов, пунктов и подпунктов к ним. Количество их определяется самим содержанием темы. Бояться подобного деления не следует. Оно позволяет добиться того, чтобы каждый из разделов и пунктов отвечал на

свой конкретный и неповторяющийся вопрос и таким образом достигал конечной цели. Иными словами, это своеобразный «каркас» вашей работы.

Изложение материала должно носить проблемно-тематический характер, важно показать различные точки зрения, а также собственные взгляды на проблему. Содержание реферата должно быть логичным. Объем реферата, как правило, от 10 до 20 машинописных страниц.

Писать следует ясно и понятно, стараясь основные положения формулировать четко и недвусмысленно (чтобы и самому понятно было), а также стремясь структурировать свой текст. Каждый раз надо представлять, что Ваш текст будет кто-то читать и ему захочется сориентироваться в нем, быстро находить ответы на интересующие вопросы (заодно представьте себя на месте такого человека). Работа, написанная «сплошным текстом» (без заголовков, без выделения иным шрифтом наиболее важных мест и т. п.), нелогично и неграмотно, у культурного читателя будет вызывать брезгливость и даже жалость к автору (исключения составляют некоторые древние тексты, когда и жанр был иной и к текстам относились иначе, да и самих текстов было гораздо меньше – не то, что в эпоху «информационного взрыва» и соответствующего «информационного мусора»).

Студенты часто «стесняются» делать ссылки на использованные источники. Но учебная или исследовательская работа студента – это не литературно-художественное произведение, сочиненное поэтом или писателем в часы пришедшего вдохновения. Реферат, курсовая или выпускная работа – это кропотливый научно-исследовательский труд, заключающийся в поиске, отборе, систематизации, изучении и обобщении огромного количества различных литературных и документальных источников. Студент не сочиняет, «не выдумывает из головы», он обобщает и анализирует значимые факты, документы, литературу. Поэтому не нужно стесняться делать ссылки. Правильно используемые источники, грамотно, к месту приведенные ссылки на них и сноски – это достоинство, украшение работы. Поэтому все или большинство источников должны найти отражение в ссылках на них в тексте работы, в подстрочных сносках, в итоговом «Списке используемых источников и литературы».

Структура реферата:

1. Титульный лист.
2. Оглавление (сложный план, т.е. с главами и подглавами).
3. Введение (дается постановка вопроса, объясняется выбор темы, ее значимость и актуальность, указываются цель и задачи реферата).
4. Основная часть (состоит из глав и подглав, которые раскрывают отдельную проблему или одну из ее сторон и логически является продолжением друг друга). Допускается включение таблиц, графиков, схем, как в основном тексте в случае необходимости, так и в качестве приложений.
5. Заключение (подводятся итоги и даются обобщенные основные выводы по теме реферата, делаются рекомендации).
6. Список литературы.

Требования по оформлению реферата аналогичны требованиям оформления курсовой работы. Критерии оценки реферата: соответствие теме; глубина проработки материала; правильность и полнота использования источников; оформление реферата.

Составление отзыва. Работая над отзывом на выступление, оппоненту важно отметить следующее:

- 1) соответствует ли содержание названию темы;
- 2) определить, как проведен анализ используемых источников информации;
- 3) оценить логичность в представлении материала, точность и правильность речи, разумность и рациональность в применении цитат – одно из основных требований к отзыву;
- 4) обязательным является оценка используемого понятийного аппарата;

5) особо рассмотреть соответствие излагаемого материала современным достижениям науки;

- 6) проанализировать уровень владения материалом;
- 7) подчеркнуть самостоятельность мышления и отношение автора к поднятым проблемам;
- 8) оценить полноту раскрытия темы и сделанные итоговые выводы.

Составление рецензии. При составлении рецензии рекомендуется:

- 1) внимательно прочитать работу;
- 2) определить соответствие содержания названию темы и плану работы;
- 3) дать анализ подбора используемых источников информации;
- 4) дать общую характеристику следующим сторонам работы:
 - актуальность темы;
 - самостоятельность изложения;
 - использование понятийного аппарата;
 - разумность и рациональность в применении цитат;
 - умение отбирать фактический, иллюстративный, статистический и другой материал;
 - научный, теоретический уровень работы, умение связать его с современностью;
 - обоснованность темы, логичность и полнота ее раскрытия;
 - личностное отношение к поднятым проблемам;
 - язык и грамотность.

В заключении дается анализ недостатков в работе и формулируются пожелания автору и выводы о значении работы.

Аннотация — это краткое, обобщенное описание (характеристика) текста книги, статьи.

Перед текстом аннотации даются выходные данные (автор, название, место и время издания) в номинативной форме. Эти

данные можно включить и в первую часть аннотации.

Аннотация в книге обычно состоит из двух частей. В первой части формулируется основная тема книги, статьи; во второй части перечисляются (называются) основные положения.

Субъект действия в аннотации обычно не называется, потому что он ясен, известен из контекста; активнее употребляются пассивные конструкции (глагольные и причастные).

Образец аннотации:

Фролов И. Г. Глобальные проблемы, человек и судьбы человечества // Философия и политика в современном мире. — М.: Наука, 1989.—С. 44–60. Статья посвящена влиянию глобальных проблем на различные стороны жизни человека и на решение вопроса о будущем цивилизации. В статье рассматриваются пути и методы решения глобальных проблем мыслителями различных направлений.

Образцы клишированных аннотаций В книге исследуется (что?)... Показан (что?)...

Большое место в работе занимает рассмотрение (чего?)...

В монографии дается характеристика (чего?)...

Исследование ведется через рассмотрение таких проблем, как... В книге анализируется (что?)...

Главное внимание обращается (на что?)... Используя (что?), автор излагает (что?)... Отмечается, что...

Подчеркивается, что...

В книге дается (что?)... Раскрываются (что?)... Описываются (что?)...

Особое внимание уделяется вопросам (чего?)...

В работе нашли отражение разработка проблем (чего?), вопросы (чего?)...

Показывается (творческий) характер (чего?)...

Устанавливаются критерии (чего?)...

В книге подробно освещаются (что?)... Характеризуется (что?)... Рассматривается (что?)...

В статье на основе анализа (чего?) показан (что?)...

Констатируется, что... Говорится о...

В заключение кратко разбирается (что?)...

Вы вольны планировать свою самостоятельную работу сами, по форме, наиболее удобной для вас. План – это предварительный отбор одного решения из множества других, которые возможны. Ясно, что при этом предварительном отборе одного решения из многих, выбирается наиболее оптимальное, которое способствует быстрому, с меньшими затратами достижению цели. Если же работать без плана, значит, обрекать себя на «блуждание в лесу».

Планировать лучше всего на каждую неделю, учитывая дополнительные обстоятельства (общественные поручения и мероприятия, спорт, семейные обстоятельства и т. п.). На первых порах разработка такого плана будет казаться дополнительной и нелегкой нагрузкой. Одно дело сознавать важность этой работы, другое дело – день за днем заниматься учетом и распределением времени в условиях перегрузки, которую испытывают почти все студенты. Рекомендуется усилием воли заставить себя это делать, понимая, что чем больше перегрузка, тем с большей тщательностью надо планировать свое время.

В этой связи рекомендуется:

1. Проанализируйте стиль своей познавательной деятельности (самостоятельной работы): насколько он рационально организован.
2. Главное условие успеха СРС – последовательность и систематичность. Приучайте себя работать ежедневно и строго по плану. Привычка делать что-либо в определенное время вызывает невольное желание в установленные часы сесть за работу, не тратить время на «втягивание». Поэтому планируйте СРС так, чтобы основной учебный материал прорабатывался регулярно, а все задания выполнялись заблаговременно, а не накануне.
3. Не стесняйтесь уточнять цель задания, форму отчетности и сроки.
4. Прежде чем приступить к выполнению задания, внимательно прочитайте рекомендации, сформулируйте основную цель работы, уточните необходимый для ее выполнения порядок действий, соберите нужную информацию.
5. Не переписывайте чужие работы и не сканируйте их из сети ИНТЕРНЕТ. Лучше уточните у преподавателя, что почитать, верно Вы ли поняли суть задания.
6. Подготовку к групповым упражнениям и практическим занятиям планируйте так, чтобы оставался некоторый резерв времени, гарантирующий защиту от случайностей, т. е. не накануне, а за 2-3 дня до занятия.
7. Подготовка к семинарским занятиям, а также к занятиям типа деловых и ролевых игр, как правило, бывает более продолжительной, в один вечер выполнить всю работу не удастся. Поэтому планируйте с таким расчетом, чтобы подготовка была завершена за 3-4 дня до занятий и оставалось время на то, чтобы материал

уложился в сознании и, если нужно, можно было провести репетицию выступления.

8. Затраты времени на выполнение различных видов работ отличаются довольно существенно. У каждого студента в этом отношении вырабатываются свои нормы, учитывайте их при планировании.

9. Как не стремятся деканаты при планировании обеспечить равномерную нагрузку в течение семестра, все же в нем есть периоды большей и меньшей нагрузки. Так, в начале семестра, пока еще не начитан теоретический материал, домашних заданий бывает мало. Важно учитывать эти особенности планирования учебных занятий и, не теряя времени, вести самостоятельную работу с неизменным напряжением.

10. Хорошо составленный план самостоятельной работы не дает полной гарантии успеха, появляются дополнительные обстоятельства, мешающие его выполнению, к тому же часто на выполнение многих работ требуется больше времени, чем запланировано, вследствие чего некоторые время разрабатываемые планы будут нарушаться. Не отчаивайтесь, со временем, по мере приобретения опыта самостоятельной работы, вы начнете работать более эффективно

и научитесь составлять реальные планы.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ЛИТЕРАТУРОЙ

Необходимую для учебного процесса и научных исследований информацию вы черпаете из книг, публикаций, периодической печати, специальных информационных изданий и других источников. Успешному поиску и получению необходимой информации содействуют знания основ информатики, источников информации, составов фондов библиотек и их размещения.

Чтобы быстро и умело ориентироваться в этом потоке информации, учитесь работать с предметными каталогами библиотеки, уметь пользоваться информационными изданиями типа “Экспресс-информация”, “Реферативные журналы”, “Книжная летопись”, а также автоматизированной поисковой системой и Интернетом, чтобы быстро найти нужную информацию.

Умение работать с информацией складывается из умения быстро найти требуемый источник (книгу, журнал, справочник), а в нем – нужные материалы; из умения разобраться в нем, используя при этом различные способы чтения.

Чтение научных книг существенно отличается от чтения художественной литературы. При чтении поэзии, прозы работает в основном воображение; при изучении научно-технических книг требуется определенное напряжение внимания, чтобы глубоко понять смысл прочитанного.

Уметь читать книгу и понимать ее – разные вещи. Приступая к изучению содержания книги, необходимо, прежде всего, определить цель работы. Уяснение цели мобилизует мышление на усвоение материала, концентрирует его внимание на главном, определяет способ чтения. В учебной практике цели чтения книг могут быть разными:

- общее ознакомление с содержанием книги (учебника, учебного пособия или монографии);
- поиск дополнительного материала по изучаемому вопросу или углубленное изучение существа вопроса;
- поиск определений, понятий терминов, уяснение их существа;
- подбор доказательств и примеров, теоретических установок;
- изучение источника определенных проблем или практических задач;
- расширение и углубление знаний по определенной проблеме, вопросу.

Понимание цели изучения избранной книги ведет к тому, что книга изучается под определенным углом зрения, а не как-нибудь вообще. В этом случае прочитанный материал лучше усваивается, крепче запоминается. В зависимости от избранной цели различают определенные приемы, способы и методы чтения.

Критерием правильности выбора метода и темпа чтения является понимание и усвоение прочитанного, т. е. умение себе или товарищу рассказать прочитанное, выделяя при этом главную мысль или главный вывод, сохраняя смысловую связь отдельных частей.

Возникает вопрос: как читать и писать так, чтобы время, потраченное на это, не пропало впустую. Существуют общепринятые правила грамотного чтения учебной и научной литературы. Изучение литературы должно состоять из двух этапов.

1 этап. Предварительное знакомство с книгой. Работа с книгой начинается с общего ознакомления. Для этого рекомендуется прочитать титульный лист, аннотацию и оглавление, затем внимательно ознакомиться с предисловием, введением и заключением. Прежде всего, читается заглавие, название книги. Название книги читают все, но подумать над ним забывают многие. Небезынтересно узнать кое-что об авторе данной книги. Иногда научный авторитет автора не только заставляет прочитать, но и повышает интерес к книге. Общее ознакомление с книгой заканчивается просмотром имеющихся в ней приложений и другого справочного материала, с тем, чтобы можно было легко найти материал, если в нем возникает необходимость. После этого можно приступить к углубленному изучению книги.

2 этап. Чтение текста. Общепринятые правила чтения таковы:

- читать внимательно – т.е. возвращаться к непонятным местам.
- читать тщательно – т.е. ничего не пропускать.
- читать сосредоточенно – т.е. думать о том, что вы читаете.
- читать до логического конца – абзаца, параграфа, раздела, главы и т.д.

Разные тексты и цели ознакомления с книгой требуют разных способов чтения, т.е. разных способов извлечения информации. Однако техника чтения – лишь средство для проникновения в содержание. В зависимости от степени глубины проникновения в содержание используют различные способы чтения: углубленный, обычный, скорочтение и избирательный, отличающийся скоростью и степенью усвоения прочитанного.

Таблица 1. - Характеристика техники чтения

Вид учебного материала и задача чтения	Способ чтения	Средняя скорость (количество слов в минуту)
Степень усвоения прочитанного (%)		
Изучение сложного незнакомого текста, требующего глубокого осмысления	Углубленный	120 – 150 80 – 90
Чтение художественной и общественно-политической литературы	Обычный	200 – 250 60 – 80
Общее ознакомление с содержанием	Скорочтение	400 – 600 40 – 60
Поиск выбор и просмотр		

материала	Избирательн
ый	Менее 40
800 – 1600	

Анализ прочитанного и конспектирование – важнейшее средство запоминания и

усвоения изучаемого произведения. Выбор формы записей зависит от ваших индивидуальных особенностей и от назначения записей: для самообразования, для реферата, выступления и т. п. Ведение записей способствует превращению чтения в активный процесс, мобилизует наряду со зрительной и моторную память.

Как уже отмечалось, самостоятельная работа с учебниками и книгами (а для психологов – это также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания. Основные советы здесь можно свести к следующим:

1. Составить перечень книг, с которыми Вам следует познакомиться; «не старайтесь запомнить все, что вам в ближайшее время не понадобится, – советует студенту и молодому ученому Г. Селье, – запомните только, где это можно отыскать»
2. Сам такой перечень должен быть систематизированным (что необходимо для семинаров, что для экзаменов, что пригодится для написания курсовых и дипломных работ, а что Вас интересует за рамками официальной учебной деятельности, то есть что может расширить Вашу общую культуру...).
3. Обязательно выписывать все выходные данные по каждой книге (при написании курсовых и дипломных работ это позволит очень сэкономить время).
4. Разобраться для себя, какие книги (или какие главы книг) следует прочитать более внимательно, а какие – просто просмотреть.
5. При составлении перечней литературы следует посоветоваться с преподавателями и научными руководителями (или даже с более подготовленными и эрудированными сокурсниками), которые помогут Вам лучше сориентироваться, на что стоит обратить большее внимание, а на что вообще не стоит тратить время...
6. Безусловно, все прочитанные книги, учебники и статьи следует конспектировать, но это не означает, что надо конспектировать «все подряд»: можно выписывать кратко основные идеи автора и иногда приводить наиболее яркие и показательные цитаты (с указанием страниц).
7. Если книга – Ваша собственная, то допускается делать на полях книги краткие пометки или же в конце книги, на пустых страницах просто сделать свой «предметный указатель», где отмечаются наиболее интересные для Вас мысли и обязательно указываются страницы в тексте автора (это очень хороший совет, позволяющий экономить время и быстро находить «избранные» места в самых разных книгах).
8. Если Вы раньше мало работали с научной психологической литературой, то следует выработать в себе способность «воспринимать» сложные тексты; для этого лучший прием – научиться «читать медленно», когда Вам понятно каждое прочитанное слово (а если слово незнакомое, то либо с помощью словаря, либо с помощью преподавателя обязательно его узнать), и это может занять немалое время (у кого-то – до нескольких недель и даже месяцев); опыт показывает, что после этого студент каким-то «чудом» начинает буквально заглядывать книги и чуть ли не видеть «сквозь обложку», стоящая это работа или нет...
9. «Либо читайте, либо перелистывайте материал, но не пытайтесь читать быстро... Если текст меня интересует, то чтение, размышление и даже фантазирование по этому поводу сливаются в единый процесс, в то время как вынужденное скорочтение не только не способствует качеству чтения, но и не приносит чувства удовлетворения, которое мы получаем, размышляя о прочитанном», – советует Г. Селье.
10. Есть еще один эффективный способ оптимизировать знакомство с научной литературой – следует увлечься какой-то идеей и все книги просматривать с точки зрения данной идеи. В этом случае студент (или молодой ученый) будет как бы искать аргументы «за» или «против» интересующей его идеи, и одновременно он

будет как бы общаться с авторами этих книг по поводу своих идей и размышлений... Проблема лишь в том, как найти «свою» идею...

ВИДЫ И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

В процессе обучения контроль, как его составная часть, помогает преподавателю и студенту выявить уровень усвоения пройденного материала, определить пробелы в знаниях и мобилизовать свои силы на их ликвидацию. В университете принята рейтинговая система контроля и оценки знаний студентов.

Текущий контроль осуществляется в разных формах в ходе повседневных аудиторных занятий. Он может быть организован преподавателем в виде индивидуального или группового контроля с использованием разных вариантов устных, письменных, практических заданий.

Промежуточный (периодический) контроль проводится, как правило, с целью концентрации внимания студентов на особо сложных вопросах изучаемой темы, раздела дисциплины или для стимуляции дополнительного повторения изучаемого материала. Формы и виды такого контроля также могут быть разнообразными, в зависимости от выбора преподавателя и возможностей студентов: тестирование, контрольные работы, коллоквиум и т.д.

Рейтинговая система оценки качества учебной работы студентов.

Модульно-рейтинговая система – система организации процесса освоения дисциплин, основанная на модульном построении учебного процесса. Цель такой системы является интенсификация самостоятельной работы студентов за счет более рациональной организации обучения и постоянного контроля его результатов, а так же регулярность и объективность

оценки результатов работы студентов. Проще говоря, выражение «от сессии до сессии живут студенты весело» в условиях рейтинговой системы утрачивает свою актуальность. Но положительными моментами такой системы являются:

- 1) отсутствие перегрузки в сессионный период, когда вы пытаетесь за три дня выучить все то, что изучалось три месяца;
- 2) качество и прочность приобретенных знаний, поскольку у вас появляется достаточное количество времени для перевода информации из кратковременной памяти в долговременную, и для консультаций с преподавателем, чтобы разобраться в трудных и непонятных для вас вопросах.

Содержание каждой дисциплины на структурируется и разделяется на модули. С содержанием изучаемого в каждом модуле учебного материала вы можете познакомиться в рабочей модульной программе дисциплины. В этом документе вы найдете материал, который будет изучаться на лекциях, семинарских и практических занятиях, основную и дополнительную литературу для подготовки.

Для того, чтобы вы могли организовать систематическую самостоятельную работу, к рабочей программе приложены:

- 1) карта самостоятельной работы студентов, в которой определены содержание и формы самостоятельной работы по каждому модулю (по темам и разделам), а также сроки их выполнения;
- 2) технологическая карта дисциплины – документ, определяющий количество баллов и формы работы в дисциплинарных модулях.

Результаты всех видов учебной деятельности студентов оцениваются рейтинговыми баллами. Количество баллов по дисциплине в целом и по отдельным формам работы и аттестации устанавливается ведущим преподавателем. В каждом модуле определяется минимальное и максимальное количество баллов. Сумма максимальных баллов по всем модулям равняется полному усвоению материала дисциплины. Минимальное количество баллов в каждом модуле является обязательным и не может

быть заменено набором баллов в других модулях. Для получения положительной оценки необходимо набрать не менее 60 % баллов, предусмотренных по дисциплине (при условии набора всех обязательных минимальных баллов). Перевод баллов в академическую оценку осуществляется по следующей схеме: оценка «удовлетворительно» 60 – 72 % баллов, «хорошо» 73 – 86 % баллов, «отлично» 87 – 100 % баллов

Рейтинг-контроль текущей работы осуществляется в форме контрольных работ, индивидуальных, типовых и творческих заданий, отчетов, рефератов, собеседований и др. Промежуточный рейтинг-контроль представляет собой самостоятельную форму контроля в структуре базового модуля, определяемую кафедрой. Он проводится в конце изучения базового модуля во время текущих занятий без прерывания учебного процесса по другим дисциплинам.

Итоговый рейтинг-контроль включает в себя общие вопросы по дисциплине и направлен на определение общедисциплинарного уровня знаний. Форма проведения итогового рейтинг-контроля может быть традиционной (экзамен или зачет), либо может быть заменена тестированием, проектированием и т.п.

Рейтинг по дисциплине – это интегральная оценка результатов всех видов учебной деятельности студента по дисциплине, включающей:

- входной контроль;
- рейтинг-контроль текущей работы;
- промежуточный рейтинг-контроль;
- итоговый рейтинг-контроль;
- набор баллов (дополнительные задания).

Работа в рейтинговой системе предполагает, прежде всего, регулярность и последовательность. Для того, чтобы успешно выполнить программу обучения по отдельному модулю и дисциплине в целом, важно систематически готовиться к аудиторным занятиям и выполнять задания для внеаудиторной самостоятельной работы в соответствии с планом изучения и требованиями преподавателя. Каждый ведущий преподаватель определяет дополнительные бонусы и штрафы за качественную или, напротив, недобросовестную работу при изучении дисциплины (приложение 1). Чтобы успешно овладевать учебным материалом и не испытывать перегрузок планируйте самостоятельную работу, учитывая индивидуальный стиль деятельности и особенности изучения дисциплины.

ЭКЗАМЕН, ЗАЧЕТ

Итоговый контроль по дисциплине проводится в форме зачета или экзамена. Это определенный итог работы студента над важнейшими теоретическими и практическими разделами курса.

Преподаватель может выбрать любую форму для более объективного оценивания уровня подготовки студента. Это может быть традиционный опрос по билетам или письменная экзаменационная работа, или творческие задания в виде защиты проектов и др. Во время экзамена преподавателю предоставляется право задавать студентам вопросы по всем темам изученного курса, а также давать дополнительные практические задания в рамках программы. Вопрос об использовании на экзаменах справочной или иной литературы решается индивидуально. Оценивание ответа студента производится в соответствии с установленными критериями, которые преподаватель сообщает в начале изучения дисциплины (Приложение 3).

В связи со сложностью сессионного периода рекомендуется:

1. Помните, что лучшим методом подготовки к экзамену является планомерная, систематическая, настойчивая работа в течение всего семестра с первого до

последнего дня.

2. Начинать подготовку к зачету или экзамену не менее чем за месяц до экзаменационной сессии с придирчивой проверки своих знаний, с выделения основных и наиболее сложных разделов, которые требуют особого внимания при повторении в силу трудностей рассматриваемых вопросов или по причине пропусков занятий. Предварительную проработку материала и выяснение всех вопросов целесообразно завершить за неделю или декаду до окончания семестра.
3. Составьте перечень тем, проблем, вопросов, которые, на ваш взгляд, требуют основательного повторения. Распределите время для подготовки. Последний день оставьте для самопроверки.
4. Сразу сориентироваться во всем материале и обязательно расположить весь материал согласно экзаменационным вопросам (или вопросам, обсуждаемым на семинарах), эта работа может занять много времени, но все остальное – это уже технические детали (главное – это ориентировка в материале!). Определить этапы подготовки, например: изучение вопросов по конспектам лекций, затем дополнение из учебников и рекомендуемой литературы.
5. Использовать разнообразные способы подготовки к зачету или экзамену. Иногда целесообразно работать сообща. Некоторые вопросы обсудить с сокурсниками, какие-то уточнить на консультации с преподавателем, отдельные вопросы прорепетировать, вытягивая билет и отвечая перед товарищами. При этом желательно как можно чаще ставить друг другу вопросы – это поможет вам глубже проникать в существо рассматриваемых процессов и явлений.
6. Применять разнообразные приемы, активизирующие виды памяти. Среди них: чтение про себя, чтение вслух, пересказ вслух или про себя, графическое обобщение материала, выписка основных терминов, положений с использованием разной цветовой гаммы и др.
7. Сама подготовка связана не только с «запоминанием» (хотя некоторые преподаватели оценивают больше именно эту способность студента, и с этим приходится считаться...). Подготовка также предполагает и переосмысление материала, и даже рассмотрение альтернативных идей; это оправдывает себя лишь тогда, когда экзамен принимает преподаватель, способный оценить такой творческий подход студента, но ведь и преподаватели бывают разными... Поэтому студент обязательно должен все это учитывать и иногда все-таки оставлять свое «творчество» за рамками данного экзамена (надо быть реалистом, и не только при сдаче экзаменов).
8. Готовить «шпаргалки» полезно, но пользоваться ими рискованно. Главный смысл подготовки «шпаргалок» – это систематизация и оптимизация знаний по данному предмету, что само по себе прекрасно – это очень сложная и важная для студента работа, более сложная и важная, чем «тупое», «методическое» и «спокойное» поглощение массы (точнее – «кучи») учебной информации. Если студент самостоятельно подготовил такие «шпаргалки», то скорее всего, он и экзамены сдавать будет более уверенно, так как у него уже сформирована общая ориентировка в сложном материале. К сожалению, многие студенты даже в собственных конспектах часто ориентируются очень плохо. Иногда нескольких секунд было достаточно, чтобы оценить, заглядывал ли студент в свои конспекты (и тем более, в книги) при подготовке к данному экзамену.
9. Помнить, что важным элементом подготовки к экзамену является консультация у преподавателя. Однако консультация только тогда достигает цели, когда студент придет к преподавателю с конкретными вопросами, которые почему-либо остались неясными после проработки темы.
10. В период сессии соблюдать режим дня, настраивать себя на успешное завершение

экзаменационной сессии, накануне экзамена хорошо отдохнуть. В день экзамена просмотреть записи самых трудных вопросов. За два часа до экзамена отказаться от любого чтения.

Правила подготовки и корректного поведения при сдаче зачетов и экзаменам преподавателям:

1. Получив билет, внимательно прочитайте вопросы, осмысливая их содержание. Составьте краткий план ответа, включающий следующую примерную последовательность: главное понятие вопроса, его актуальность, кто разрабатывал вопрос, каким образом, с помощью каких средств можно решить поставленную задачу, примеры из опыта.
2. Письменный план ответа следует составлять в любом случае: кажется ли вам вопрос слишком простым, не требующим детальной подготовки, или наоборот, если вы составили большой, почти дословный конспект ответа. В первом случае план придаст вашему ответу стройность, не позволит отклониться в рассуждениях или забыть ведущую мысль. Во втором – освободит от соблазна прочитать готовый ответ по конспекту, подчинит необходимости отвечать самостоятельно и творчески.
3. Если сильное волнение поначалу мешает изложить ответ последовательно, то можно записывать со значительными промежутками все, что вспоминается по данному вопросу. Волнение уляжется, и содержание ответа восстановится.
4. Часто экзамен проходит в форме свободного собеседования экзаменатора со студентом по содержанию поставленных вопросов. Такая форма проведения экзамена создает атмосферу доверия и взаимопонимания, она позволяет глубже и вернее определить уровень подготовки и знаний экзаменуемого. Недостаточно подготовленным студентам в этих случаях приходится особенно трудно.
5. Если экзамен проводится в тестовой форме, то при получении экзаменационного билета (бланка тестовых заданий), следует внимательно просмотреть его, ознакомиться с содержанием вопросов и, самое главное, определить последовательность ответа на вопросы. Самое сложное при сдаче экзаменов в тестовой форме – это время, которое очень ограничено, поэтому начать отвечать лучше с того вопроса (или задачи), который наиболее ясен, а далее перейти к более сложным вопросам (или задачам). Время, которое отводится для ответа на экзаменационный билет, заранее определяется преподавателем (Чаще всего, – например, по гуманитарным дисциплинам, – 1,5 минуты на вопрос). После того, как будут получены ответы на все вопросы, содержащиеся в билете, необходимо опять очень внимательно просмотреть все вопросы и правильность выбранных ответов, заострить внимание на тех из них, которые вызвали наибольшие затруднения. Заполнять бланк ответов нужно очень аккуратно, разборчиво. Желательно сохранить все черновики, в том случае, если возникнет необходимость апелляции (например, несогласие студента с оценкой преподавателя, неточность или неопрятность студента при заполнении бланка ответов).
6. Как подчеркивалось выше, немаловажную роль играет само построение ответа. Нельзя ограничиваться

перечислением фактов. Надо уметь их объяснить, сделать выводы о закономерностях развития того или иного явления или процесса, о существующих взглядах на вопрос, попытаться обосновать их правильность либо ошибочность.

7. Если у Вас имеется сильное несогласие с тем, что преподаватель говорил на лекциях или с тем, что написано в учебниках, то существует правило: сначала студент должен продемонстрировать, что он «усвоил» все, что требуется по программе обучения (или по программе данного преподавателя), и лишь после

этого он вправе высказать иные, желательно аргументированные точки зрения.

8. Иногда преподаватель, зная, что студент работает систематически, может ограничиться просмотром конспекта ответа и попросит сделать пояснения к некоторым наиболее важным моментам. Иногда он считает необходимым задать дополнительные вопросы. Это бывает в тех случаях, когда ответ оказался недостаточно полным; когда у экзаменатора не создалось твердой уверенности в достаточности знаний студента или появились сомнения в самостоятельности его подготовки; а также в случае неопределенности, возникшей при оценивании ответа.

9. Если преподаватель, с Вашей точки зрения, необъективен, то у Вас есть формальное право потребовать проведение зачета или экзамена с участием другого преподавателя. Но иногда возникают проблемы, связанные с тем, что данный курс является «авторским», и другого квалифицированного преподавателя может просто не оказаться... Поэтому лучше все-таки находить взаимопонимание с преподавателем (обращение к иным экзаменаторам всегда рассматривается в вузе как редкое, очень нежелательное ни для кого «чрезвычайное происшествие» и лучше таких ситуаций самому студенту не организовывать, хотя всякое бывает...).

10. Может быть и так. Вы не ленились в семестре, добросовестно готовились в сессию, но наступил день экзамена и... Всё как будто выучил, а руки трясутся, сердце выпрыгивает, в голове туман и в глазах тоже. Все ясно: у вас повышенный уровень тревожности, и чем скорее вы прибегнете к целенаправленным тренировкам, тем скорее обретете необходимые качества: самообладание и собранность в экстремальных ситуациях. Именно с этой целью в некоторых вузах и учреждениях организуются курсы психорегулирующей тренировки на основе аутотренинга. Аутогенной тренировкой можно заниматься и самостоятельно по широко публикуемым руководствам и пособиям.

11. На зачете или экзамене демонстрируйте умение владеть собой. Помните, что экзамен – это школа самообладания, слезы и истерика не решают поставленной задачи.

ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ

Для успешности обучения, стройте свою деятельность на следующих принципах: вместо авось – точный расчет, вместо кое-как – обдуманный план, вместо как-нибудь – система, вместо когда-нибудь – точно назначенный срок.