

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СИСТЕМ  
УПРАВЛЕНИЯ И РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ» (ТУСУР)

Кафедра философии и социологии (ФиС)

**Л.В. Смольникова**

**Методические рекомендации для студентов по организации  
самостоятельной работы по учебной дисциплине  
«Психология»**

для студентов направления подготовки 39.03.03 «Организация работы с  
молодежью»

**Томск 2019**

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ.....	3
1 ФОРМЫ, ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ» .....	5
1.1 Формы самостоятельной работы студентов.....	5
1.2 Цели и основные задачи самостоятельной работы студентов .....	5
1.3 Виды самостоятельной работы, их характеристики .....	6
1.4 Особенности групповой самостоятельной работы студентов .....	7
2 ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ» .....	8
2.1 Деятельность студентов по формированию и развитию навыков учебной самостоятельной работы .....	8
2.2 Рекомендации по организации самостоятельной работы.....	9
2.2.1 Правила рациональной организации умственной работы.....	10
2.3 Методические рекомендации для студентов по отдельным формам самостоятельной работы .....	12
2.3.1 Особенности организации самостоятельной работы с литературой .....	12
2.3.2 Правила написания рефератов .....	14
2.3.3 Практические и семинарские занятия .....	17
2.3.4 Индивидуальные творческие задания по курсу «Психология» .	21
3 АТТЕСТАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ» .....	24
4 ПОДГОТОВКА К ЭКЗАМЕНУ .....	26
СПИСОК ИСТОЧНИКОВ.....	29

## ВВЕДЕНИЕ

Настоящие методические рекомендации по организации самостоятельной работы по учебной дисциплине «Психология» составлены с учетом требований ФГОС ВО для направления подготовки 39.03.03 «Организация работы с молодежью», предъявляемым к самостоятельной работе студентов и включают рекомендации по организации самостоятельной работы студентов, использование балльно-рейтинговой системы.

Организации самостоятельной работы студентов в Федеральных государственных образовательных стандартах 3-го поколения придается большое значение, так как это способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний и умений без непосредственного участия в данном процессе преподавателя. В современной дидактике самостоятельная работа студентов рассматривается, с одной стороны, как вид учебного труда, осуществляемый без непосредственного вмешательства, но под руководством преподавателя, а с другой – как средство вовлечения студентов в самостоятельную познавательную деятельность, формирования у них методов организации такой деятельности. Эффект от самостоятельной работы студентов можно получить только тогда, когда она организуется и реализуется в учебно-воспитательном процессе в качестве целостной системы, пронизывающей все этапы обучения студентов.

Самостоятельная работа студентов является важным видом учебной и научной деятельности студента и играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения. Государственным стандартом предусматривается 50% часов из общей трудоемкости учебной дисциплины «Психология» на самостоятельную работу студентов. В связи с этим, обучение включает в себя две, практически одинаковые по объему и взаимовлиянию части – процесс обучения и процесс самообучения. Самостоятельная работа должна стать эффективной и целенаправленной работой студента, так как к современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных способностей и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной социально-психологической ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения через участие студентов в практических занятиях, выполнение контрольных заданий и тестов. При этом самостоятельная работа студентов

играет решающую роль в ходе всего учебного процесса и способствует углублению и расширению знаний, формированию интереса к познавательной деятельности, овладению приемами процесса познания, развитию познавательных способностей. В соответствии с этим самостоятельная работа студентов становится одним из основных резервов повышения эффективности подготовки специалистов по организации работы с молодежью.

# **1 ФОРМЫ, ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ»**

## **1.1 Формы самостоятельной работы студентов**

Формы самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Психология» разнообразны. Они включают в себя:

1. Изучение учебной, научной и методической литературы, материалов периодических изданий по психологии с привлечением электронных средств официальной, статистической, периодической и научной информации.
2. Подготовку к практическим занятиям, на которых студенты закрепляют полученные теоретические знания, расширяют представления о своих личностных особенностях, благодаря знакомству с методами психодиагностики, осваивают практические навыки развития таких психических процессов как воображение, мышление, память, внимание, эмоционально-волевой сферы личности.
3. Подготовку докладов и рефератов.
4. Детальный разбор пройденного материала, ответы на вопросы по разделу «Определение психологии как науки», «Психика и сознание», «Психология познавательных процессов», «Психология личности».
5. Решение практических задач – анализ конкретных ситуаций по темам раздела «Психология познавательных процессов», «Психология личности», проектирование и демонстрация собственных действий в различных ситуациях по темам раздела «Психология межличностных отношений».

Самостоятельная работа приобщает студентов к научному творчеству, поиску и решению актуальных современных проблем.

## **1.2 Цели и основные задачи самостоятельной работы студентов**

Ведущая цель организации и осуществления самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Психология» должна совпадать с целью обучения – подготовкой бакалавра с высшим образованием. При организации самостоятельной работы важным и необходимым условием становятся формирование умения самостоятельной работы для приобретения знаний, навыков и возможности организации учебной и научной деятельности.

Целью самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Психология» является овладение фундаментальными знаниями,

профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности.

Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Задачами самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Психология» являются:

- 1 Систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений.
- 2 Углубление и расширение теоретических знаний.
- 3 Формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу.
- 4 Развитие познавательных способностей и активности: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности.
- 5 Формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации.
- 6 Развитие исследовательских умений.
- 7 Использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах.
- 8 Занятия для эффективной подготовки к итоговой аттестации.

### **1.3 Виды самостоятельной работы, их характеристики**

В образовательном процессе по дисциплине «Психология» выделяется два вида самостоятельной работы – аудиторная и внеаудиторная. Тесная взаимосвязь этих видов работ предусматривает дифференциацию и эффективность результатов ее выполнения. Аудиторная самостоятельная работа выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию. Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Основными видами самостоятельной учебной работы по дисциплине «Психология» студентов без участия преподавателей являются:

- 1) Проработка пройденных лекционных материалов по конспекту лекций, учебникам и пособиям включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.) на основании вопросов, подготовленных преподавателем.

- 2) Проработка дополнительных тем, не вошедших в лекционный материал, но обязательных к изучению в соответствии с учебной программой дисциплины «Психология».
- 3) Подготовка творческих работ, практических разработок, рефератов.
- 4) Подготовка к семинарам и практическим работам, их оформление.
- 5) Выполнение микроисследований.
- 6) Анализ конкретной ситуации из произведений специальной литературы.
- 7) Выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач по отдельным разделам содержания дисциплины «Психология».
- 8) Текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе обучающих и аттестующих тестов.

Основными видами самостоятельной работы студентов с участием преподавателей являются:

- 1) Текущие консультации.
- 2) Коллоквиум как форма контроля освоения теоретического содержания дисциплин.
- 3) Прием и разбор домашних заданий (в часы практических занятий).

#### **1.4 Особенности групповой самостоятельной работы студентов**

Как отмечалось выше при организации самостоятельной работы студентов по дисциплине «Психология» совмещаются различные виды индивидуальной самостоятельной работы, такие, как подготовка к лекциям, семинарам, экзамену, выполнение рефератов, заданий. Самостоятельную работу студент может сделать более эффективной, если объединиться парно или в группы по три человека. Групповая работа усиливает фактор мотивации и взаимной интеллектуальной активности, повышает эффективность познавательной деятельности студентов благодаря взаимному контролю и самоконтролю.

Участие партнера существенно перестраивает психологию студента. При групповой индивидуальной работе происходит групповая самопроверка с последующей коррекцией. Это второе звено самостоятельной учебной деятельности обеспечивает эффективность работы в целом. При достаточно высоком уровне самостоятельной работы студент сам может выполнить индивидуальную часть работы и продемонстрировать ее партнеру-сокурснику.

## **2 ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ»**

Методика организации самостоятельной работы студентов зависит от структуры, характера и особенностей изучаемой дисциплины «Психология», объема часов на ее изучение, вида заданий для самостоятельной работы студентов, индивидуальных качеств студентов.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

1. Подготовительный: определение целей, составление программы по дисциплине «Психология», подготовка методического обеспечения.
2. Основной: реализация программы, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения, передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы.
3. Заключительный: оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности приемов работы.

### **2.1 Деятельность студентов по формированию и развитию навыков учебной самостоятельной работы**

В процессе самостоятельной работы студент приобретает навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии.

Выполняя самостоятельную работу под контролем преподавателя, студент должен:

1. Освоить минимум содержания, выносимый на самостоятельную работу студентов и предложенный преподавателем в соответствии с ФГОС ВО для направления подготовки 39.03.03 «Организация работы с молодежью», учебным планом и рабочей программой по дисциплине «Психология».
2. Планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем.
3. Выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов.

Студент может:

1. Сверх предложенного преподавателем и минимума обязательного содержания, определяемого ФГОС ВО для направления подготовки 39.03.03 «Организация работы с молодежью», учебным планом и рабочей программой по дисциплине «Психология».

2. Самостоятельно определять уровень (глубину) проработки содержания материала.
3. Предлагать дополнительные темы и вопросы для самостоятельной проработки.
4. В рамках общего графика выполнения самостоятельной работы предлагать обоснованный индивидуальный график выполнения и отчетности по результатам самостоятельной работы.
5. Предлагать свои варианты организационных форм самостоятельной работы.
6. Использовать для самостоятельной работы методические и учебные пособия, разработки сверх предложенного преподавателем перечня.
7. Использовать не только контроль, но и самоконтроль результатов самостоятельной работы.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего бакалавра по организации работы с молодежью, она планируется студентом самостоятельно. Каждый студент выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки.

## **2.2 Рекомендации по организации самостоятельной работы**

Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Психология» представляет собой особую, высшую степень учебной деятельности. Она обусловлена индивидуальными психологическими различиями студента и личностными особенностями и требует высокого уровня самосознания, рефлексивности.

В процессе самостоятельной деятельности студент должен научиться выделять познавательные задачи, выбирать способы их решения, выполнять операции оценочной деятельности, совершенствовать навыки реализации фундаментальных психологических знаний. Познавательная деятельность студента протекает как на сознательной, так и на интуитивной основе. В первом случае исходной базой для правильной организации деятельности служат ясное понимание целей, задач, форм, методов работы, сознательный контроль за ее процессом и результатами. Во втором случае преобладает смутное понимание, действие привычек, сформировавшихся под влиянием механических повторений, подражание. Кроме того, самостоятельная работа имеет воспитательное значение: она формирует самостоятельность не только как совокупность умений и навыков, но и как черту характера, играющую

существенную роль в структуре личности современного специалиста высшей квалификации.

Самостоятельная работа завершает задачи всех видов учебной работы по дисциплине «Психология».

Основной формой самостоятельной работы студента является изучение конспекта лекций, их дополнение, рекомендованной литературы, активное участие на практических и семинарских занятиях. Но для успешной учебной деятельности, ее интенсификации, необходимо учитывать следующие субъективные факторы:

1. Знание школьного программного материала (Биология, Анатомия человека) необходимого для усвоения курса «Психология».
2. Наличие умений, навыков умственного труда:
  - 1) умение конспектировать на лекции и при работе с литературой;
  - 2) владение логическими операциями: сравнение, анализ, синтез, обобщение, определение понятий, правила систематизации и классификации.
3. Высокое развитие познавательных психических процессов: внимание, память, речь, наблюдательность, интеллект и мышление способствуют в обучении.
4. Хорошая работоспособность, которая обеспечивается нормальным физическим и психическим состоянием.
5. Саморегуляция эмоционального состояния, устранение обстоятельств, нарушающих деловой настрой.
6. Оптимальный стиль работы.
7. Уровень требований к себе, определяемый самооценкой.

### *2.2.1 Правила рациональной организации умственной работы*

Применительно к организации самостоятельной работы студентам полезно знать сформулированные крупнейшим русским ученым Н.А. Введенским правила рациональной организации умственной работы:

1. Входить в работу нужно не сразу, не рывком, а постепенно втягиваясь в нее. Физиологически это обосновывается тем, что в основу всякой деятельности положено образование динамического стереотипа – относительно устойчивой системы условно-рефлекторных связей, образующихся при многократном повторении одних и тех же воздействий внешней среды на органы чувств.
2. Необходимо выработать ритм труда, равномерное распределение работы на протяжении всего дня, недели, месяца и года. Ритм служит средством

психического побуждения человека и играет в его жизни исключительно высокую роль.

3. Нужно соблюдать последовательность в решении дел.
4. Разумно сочетать чередование труда и отдыха.

В течение дня работоспособность изменяется, наиболее плодотворным является утреннее время (8-14), причем максимальная работоспособность приходится на период с 10 до 13 часов, затем послеобеденное (16-19) и вечернее (20-24). Очень трудный для понимания материал лучше изучать в начале каждого отрезка времени (лучше всего утреннего) после хорошего отдыха. Через 1-1,5 часа нужны перерывы по 10-15 мин, через 3-4 часа работы отдых должен быть продолжительным, около часа.

При неправильной организации своих занятий по времени нарастает утомление, которое повлечет неустойчивость внимания. При самостоятельном занятии очень важно уметь поддерживать устойчивое внимание к изучаемому материалу, которое появляется тогда, когда студент относится к делу с интересом. Очень существенным фактором, влияющим на повышение умственной работоспособности, являются систематическая двигательная активность. Высокая степень умственного напряжения при низкой двигательной активности может повлечь за собой своеобразную патологию – изменения вегетативных функций (усиление частоты сердечных сокращений), повышенное кровяное давление, гормональные сдвиги, а иногда и резкие изменения, доходящие до состояния стресса. Умственные перегрузки, особенно в ситуациях, когда студент занимается самостоятельно, без контроля преподавателя, могут привести к истощению нервной системы, ухудшению памяти и внимания, потере интереса к учебе и общественной работе. Справиться с умственными перегрузками помогают физические упражнения, рациональное питание, правильный режим учебного труда, использование рациональных приемов работы.

Таким образом:

1. Успешность самостоятельной работы определяется степенью подготовленности студента: организация умственного труда (составление расписания, которое должно отражать время занятий и их характер), поиск информации, стремление сделать знания убеждениями.
2. Основной предпосылкой успешной самостоятельной работы является психическая саморегуляция, которая зависит от условий, характера нервной деятельности, личностных качеств студента и его системы организации своих действий.

## 2.3 Методические рекомендации для студентов по отдельным формам самостоятельной работы

Мероприятия, создающие предпосылки и условия для реализации самостоятельной работы студента по дисциплине «Психология», должны предусматривать обеспечение каждого студента:

- информационными ресурсами (справочники, учебно-методические пособия, индивидуальные задания, обучающие программы, пакеты прикладных программ и т.д.);
- контролирующими материалами (тесты);
- временными ресурсами;
- консультациями преподавателя;
- возможностью публичного обсуждения теоретических и практических результатов, полученных студентом самостоятельно.

Система обучения подразумевает значительно большую самостоятельность студентов в планировании и организации своей деятельности. Нужный материал содержится не только в лекциях, но и в учебниках, книгах, статьях.

### 2.3.1 Особенности организации самостоятельной работы с литературой

Во внеаудиторное время студент организует работу с литературой: читает рекомендованный или самостоятельно отобранный текст. Студенту необходимо более глубоко изучить взаимосвязанные проблемы и вопросы, затрагивающие тематику проведенных занятий. Контроль над прочтенной литературой осуществляется групповым собеседованием или обсуждением изучаемого материала на практическом занятии. Такие мероприятия позволяют не только оценить у студентов знание материала, но углубить и закрепить его и воспитать серьезное отношение к учебным занятиям, потребность в знаниях, интерес к учению.

Основные рекомендации по самостоятельной работе студента с литературой:

- 1 Составьте перечень книг, с которыми следует ознакомиться.
- 2 Систематизируйте перечень:
  - необходимо для семинаров;
  - необходимо для экзаменов;
  - необходимо для написания рефератов;
  - интересуют за рамками официальной учебной деятельности.

- 3 Разберитесь, какие книги или главы книг следует прочитать более внимательно, а какие – просто просмотреть.
- 4 Всю прочитанную литературу (книги, учебники, статьи) конспектируйте.
- 5 Если раньше мало работали с научной литературой, то следует выработать в себе способность «воспринимать» сложные тексты; для этого лучший прием – научиться «читать медленно», когда понятно каждое прочитанное слово.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности, цель которой – извлечь из текста необходимую информацию. Для достижения данной цели необходима собственная внутренняя установка – найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п. Выделяют четыре основные *установки в чтении научного текста*:

- 1 Информационно-поисковая – найти, выделить искомую информацию.
- 2 Усваивающая – осознать и запомнить как сами сведения излагаемые автором, так и всю логику его рассуждений.
- 3 Аналитико-критическая – критически осмыслить материал, проанализировав его, определив свое отношение к нему.
- 4 Творческая – готовность в том или ином виде: как отправной пункт для своих рассуждений, как образ для действия по аналогии и т.п.; использовать суждения автора, ход его мыслей, результат наблюдения, разработанную методику, дополнить их, подвергнуть новой проверке.

С наличием различных установок обращения к научному тексту связано существование и нескольких *видов чтения*:

1. Библиографическое – просматривание карточек каталога, рекомендательных списков, сводных списков журналов и статей и т.п.
2. Просмотровое – поиск материалов, содержащих нужную информацию.
3. Ознакомительное – подробное прочтение отобранных статей, глав, отдельных страниц.
4. Изучающее – доскональное освоение материала.
5. Аналитико-критическое и творческое чтение – решение исследовательских задач.

Из всех рассмотренных видов чтения основным для студентов является изучающее – именно оно позволяет в работе с учебной литературой накапливать знания в различных областях, формировать основные приемы, повышающие эффективность работы с научным текстом.

### *Основные виды систематизированной записи прочитанного*

1. Аннотирование – краткое связное описание просмотренной или прочитанной книги (статьи), ее содержания, источников, характера и назначения.
2. Планирование – краткая логическая организация текста, раскрывающая содержание и структуру изучаемого материала.
3. Тезирование – лаконичное воспроизведение основных утверждений автора без привлечения фактического материала.
4. Цитирование – дословное выписывание из текста выдержек, извлечений, наиболее существенно отражающих ту или иную мысль автора.
5. Конспектирование – краткое и последовательное изложение содержания прочитанного.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст при этом уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта.
2. Выделите главное, составьте план.
3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора.
4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.
5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта необходимо приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. Мысли автора следует излагать кратко. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Важный критерий усвоения теоретического материала – умение решать задачи или пройти тестирование по пройденному материалу.

### *2.3.2 Правила написания рефератов*

Предполагается, что за время, отведенное по учебному плану на изучение курса «Психология», каждый обучающийся пишет рефераты и делает доклады на практических занятиях. Составление реферата или доклада – важная форма самостоятельной работы.

Прежде чем приступить к написанию реферата продумайте цель реферативного текста и создайте у себя творческое настроение для работы над реферативным текстом, для этого:

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, для чего важно уметь выделять важнейшие приоритеты в своей учебно-исследовательской деятельности.

В-третьих, научиться организовывать свое время.

Этапы работы над написанием реферата или доклада:

- 1) Подберите по теме необходимую литературу и изучите ее.
- 2) Продумайте и составьте подробный план работы.
- 3) Подумайте над правильностью и доказательностью выдвигаемых авторами источников тех или других положений.
- 4) Сопоставьте рассматриваемые в литературе факты, выделите в них общее и особенное, обобщите изученный материал в соответствии с намеченным планом реферата или доклада.
- 5) Подготовьте необходимые к работе иллюстрации, умело использовать личные наблюдения, опыт и эксперименты.

Писать следует ясно и понятно, основные положения формулировать четко, стремиться структурировать свой текст.

Объем текста и оформительские требования должны соответствовать требованиям, предъявляемым к работам, предназначенным для печати: наличие титульного листа, плана, ссылок, библиографии и т.д.

Примерная тематика докладов, рефератов по учебной дисциплине «Психология»:

1. Неосознаваемые процессы в поведении человека.
2. Высшие психические функции: строение и развитие.
3. Исторический подход к изучению психологических явлений.
4. Психика и мозг.
5. Контроль над сознанием: этический, психологический, философский аспект.
6. Измененные состояния сознания, возможности управления сознанием.
7. Медитация: явь или мистика.
8. Теории сновидений.

9. Возникновение и развитие самосознания в онтогенезе.
10. Восприятие и его роль в познании.
11. Воображение и решение творческих задач.
12. Галлюцинации как феномены воображения.
13. Свойства внимания, управление им.
14. Темперамент: проблема врожденного и приобретенного.
15. Основные подходы к определению типов характеров в современной психологии.
16. Проблема акцентуаций характера в подростковом возрасте.
17. Проблема способностей в психологии.
18. Творческие способности и пути их развития.
19. Проблема структуры личности в различных теориях.
20. Стратегии психического развития личности в трудах зарубежных авторов.
21. Роль среды и наследственности в развитии личности.
22. Проблема личности в психологии 20 века.
23. Характеристика западных теорий личности (по выбору).
24. Классификация и содержание новейших теорий личности.
25. Отличие деятельности человека от активности животных.
26. Генотипически обусловленные психические и поведенческие свойства человека.
27. Поиск смысла жизни как фактор интеграции личности.
28. Качественные характеристики индивидуальной памяти.
29. Развитие памяти, мнемотехнические приемы.
30. Два типа творческого мышления: образное и понятийное, их связь с явлением функциональной асимметрии мозга.
31. Виды мышления, их становление в онтогенезе.
32. Фантазия как способ психологической защиты.
33. Общение как многоплановый процесс.
34. Трудности в общении, их преодоление.
35. Роль общения в социализации человека.
36. Язык мимики и жестов.
37. Индивидуальный стиль деятельности личности.
38. Волевая регуляция деятельности человека.
39. Эмоции и продуктивность человеческой деятельности.
40. Становление деловых качеств личности.
41. Пути самосовершенствования и саморазвития личности.
42. Психология толпы.
43. Социально-психологический климат в группе.

44. Роль коллектива в развитии и формировании личности.
45. Типы конфликтов в коллективах, основы управления ими.
46. Конструктивный конфликт как один из факторов интеграции личности.
47. Стили управленческой деятельности и их эффективность.
48. Специфика управления группами при различных стилях руководства.
49. Особенности взаимодействия в группах при императивном, манипулятивном, диалогическом общении.
50. Влияние руководителя на коллектив.
51. Требования к личности руководителя.
52. Современная культура как источник социального влияния.
53. Эталоны и стереотипы межличностного восприятия, особенности их проявления в различных возрастах.
54. Социальная психология агрессивности.
55. Средства массовой информации и агрессивность.
56. Социально-психологические проблемы альтруизма.
57. Проблема психолого-педагогического просвещения молодежи.

### *2.3.3 Практические и семинарские занятия*

Ведущей образовательной целью практических занятий по дисциплине «Психология» является формирование практических умений и компетенций, необходимых для будущей профессиональной деятельности организатора работы с молодежью.

Формы организации практических занятий: упражнения, решение ситуационных задач, деловые игры, ролевые игры.

Содержанием практических занятий является – решение разного рода задач, в том числе профессиональных (решение ситуационных профессиональных задач, выполнение профессиональных функций в деловых играх).

На практических занятиях студенты:

1. Закрепляют знания, полученные во время лекций и самостоятельной работы с учебной литературой.
2. Расширяют и углубляют представления по наиболее актуальным теоретическим и практическим проблемам.
3. Расширяют представления о своих личностных особенностях.
4. Благодаря знакомству с методами психодиагностики, осваивают практические навыки развития таких психических процессов как воображение, мышление, память, внимание, эмоционально-волевой сферы личности.

5. Овладевают первоначальными профессиональными умениями и навыками, которые в дальнейшем закрепляются и совершенствуются в процессе выполнения курсовых работ, производственной практики.

Методы обучения, направленные на совершенствование знаний и формирование умений и навыков:

- 1) Репродуктивный метод обучения: детальный разбор пройденного материала, ответы на вопросы по разделу «Определение психологии как науки», «Психика и сознание», «Психология познавательных процессов», «Психология личности».
- 2) Групповой метод активного обучения включает анализ конкретных ситуаций, имитационные упражнения (разбор конкретных ситуаций) по темам раздела «Психология познавательных процессов», «Психология личности», «Психология межличностных отношений», проектирование и демонстрация собственных действий в различных ситуациях по темам раздела «Психология межличностных отношений».

Необходимыми структурными элементами практического занятия, помимо самостоятельной деятельности студентов, являются проверка знаний студентов, их теоретической готовности к выполнению задания, в форме тестирования и устного опроса (интервью). Для подготовки к тестированию и устному опросу студенту необходимо по каждой теме освоить и закрепить лекционный материал; освоить материал практических занятий; владеть понятиями и терминами.

*Перечень контрольных вопросов для подготовки к опросу по разделам 1,2 «Определение психологии как науки», «Психика и сознание»*

1. Область каких явлений изучает психология? Приведите примеры психических явлений.
2. Как соотносятся между собой различные формы психологического знания: житейская, художественная, научная.
3. Почему метод интроспекции подвергся жесткой критике.
4. В чем преимущество скрытого наблюдения перед открытым.
5. Иногда предмет психологии определяют как область душевных явлений. Психика человека и его душа – это одно и то же?
6. Что может дать изучение психологии специалисту высшего профиля в области организации работы с молодежью? Какими психологическими знаниями Вам уже приходилось пользоваться? Считаешь ли Вы себя хорошим психологом, знатоком человека?
7. Перечисли некоторые из уже известных Вам разделов психологической науки.
8. Какие отношения существуют между психологией и философией?

9. Кто и когда ввёл термин «психология»?
10. Кто первым ввел понятие о бессознательном для характеристики психики человека?
11. В чём суть интроспекции как психологического метода?
12. Назови (перечисли) наиболее значительные школы (направления) психологической науки в XX веке и имена их виднейших представителей.
13. На какие группы можно разделить методы психологического исследования?
14. Чем сравнительный метод отличается от лонгитюдного?
15. В чём особенности комплексного метода?
16. Чем отличается внешнее наблюдение от самонаблюдения?
17. В чём различие между наблюдением и естественным экспериментом, лабораторным и формирующим экспериментом?

*Вопросы для самостоятельной проработки по разделу 1 «Определение психологии как науки»*

1. Почему возникла «поведенческая психология» (бихевиоризм) и каковы основные положения этого направления.
2. Почему гуманистическую психологию назвали «третьей силой» в психологии XX века.
3. В чем заключаются основные задачи когнитивной психологии.
4. В чём состоит основной метод бихевиоризма (выберите правильный, на ваш взгляд, ответ):
  - а) интроспекция, то есть целенаправленное самонаблюдение за психическими процессами
  - б) создание математических моделей психических процессов
  - в) наблюдение и экспериментальное изучение реакций организма в ответ на воздействие окружающей среды
5. Отметь недостатки бихевиоризма и его достоинства.
6. Охарактеризуй понятие «гештальт». Какие наблюдения (опыты) послужили основой для введения этого понятия? В чём заключается несомненная заслуга гештальтпсихологии?
7. Как называется система анализа душевной жизни, предложенная З. Фрейдом?
8. Охарактеризуй общую структуру психики человека, как она представлена в психоанализе.
9. Как З. Фрейд мыслил отношения между сознанием и бессознательным содержанием психики?
10. В чём своеобразие когнитивной психологии? Охарактеризуй её основное понятие «схема».

11. К каким сторонам душевной жизни человека обращается гуманистическая психология? Сравни её в этом плане с глубинной психологией.
12. В языковом обиходе прочно утвердилось сочетание «комплекс Наполеона», фиксирующее наличие характерных качеств у мужчин маленького роста. Каково, по вашему мнению, может быть научно-психологическое объяснение этого явления?

*Перечень вопросов для подготовки к опросу по разделу 3 «Психология познавательных процессов»*

1. Каково значение ощущений в жизни человека?
2. Каковы виды и функции ощущений?
3. В чём состоит специфика каждого вида ощущений?
4. Чем отличается восприятие от ощущений?
5. В чём особенности восприятия движения, пространства и времени?
6. Какие факторы влияют на характер восприятия?
7. Что такое внимание, каковы его признаки и свойства?
8. Чем определяется отбор информации, поступающей в мозг из окружающей среды?
9. Зависит ли наше восприятие окружающего от нашей культуры и опыта?
10. Как можно объяснить тот факт, что одна и та же информация может вызвать сильную эмоцию или оставить человека равнодушным.
11. Как развивается реакция стресса.
12. Каковы основные признаки волевого действия.
13. Как происходит развитие произвольного внимания.
14. Почему говорят о взаимосвязи процессов ощущения и восприятия.
15. Как связана память с другими познавательными и регулятивными процессами психики.
16. Что мы запоминаем лучше – плохое или хорошее. Почему?
17. Способен ли наш мозг сознательно расшифровать сигналы, одновременно поступающие по разным каналам восприятия?
18. Приводит ли интенсивная проработка материала за короткое время к более эффективному запоминанию, чем длительное, но не интенсивное изучение?
19. Лучший ли способ решения задач случайный перебор возможных вариантов?

*Примеры заданий для самостоятельной работы по разделу 3 «Психология познавательных процессов»*

Студент должен уметь дифференцировать, исследовать психические процессы.

1. Нарисуйте картину из трёх связанных друг с другом элементов: головной мозг, сенсорная система, внешний мир.
2. В тексте, предложенном преподавателем, найдите места, где описывается проявление непроизвольного, произвольного и послепроизвольного внимания.
3. Определите, какое свойство внимания проявляется в тексте, предложенном преподавателем. По каким признакам можно это установить?
4. Определите, какие индивидуальные особенности внимания проявляются у героев рассказа, предложенным преподавателем.
5. Определите, какие отличительные особенности мышления как одного из познавательных процессов проявляются в примерах, предложенных преподавателем.
6. Определите, какой процесс памяти (запечатление, сохранение, воспроизведение, узнавание) проявляется в описанных действиях, предложенных преподавателем.
7. Какой закономерностью запоминания можно объяснить факты, предложенные преподавателем.

*Примеры заданий для самостоятельной работы к разделу 4 «Психология личности»*

1. Используя таблицу типологии темперамента Э. Кречмера как средство, опишите психологический портрет человека, фотографию или рисунок которого предложит преподаватель.
2. Выберите тему для выступления, из предложенных преподавателем, перед студенческой аудиторией. Внимательно прочитайте выбранный текст. Выделите в тексте главное и представьте выделенное главное в виде рисунка, схемы, примера. Расскажите о выделенном главном, используя образы, примеры. Вопрос для обсуждения: насколько и чем может быть полезна предлагаемая работа для вашей будущей профессиональной деятельности?

Готовиться к семинарским и практическим занятиям необходимо по всем вопросам без исключения. Важно ознакомиться с рекомендуемой литературой и рассмотреть различные точки зрения по вопросу. Кроме того, необходимо продумать спорные моменты и сформулировать вопрос.

#### *2.3.4 Индивидуальные творческие задания по курсу «Психология»*

Студентам предлагается написать эссе с целью активизации их познавательной деятельности путем стимулирования их творческой

активности. Индивидуальные творческие работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Примерные темы эссе:

1. Место психологии в жизни и деятельности современного организатора работы с молодежью (Что может дать изучение психологии специалисту высшего профиля в области организации работы с молодежью?).
2. Эффективность решения задачи (Какие факторы влияют на эффективность решения задачи?).
3. Трудности в общении, их преодоление.
4. Профессионально значимые свойства организатора работы с молодежью.

#### *Методические рекомендации по написанию эссе*

Эссе (фр. Essai – опыт, набросок), – прозаический этюд небольшого объема и свободной композиции, выражающий индивидуальные впечатления и соображения по конкретному поводу или вопросу и заведомо не претендующее на определяющую или исчерпывающую трактовку предмета.

Эссе должно содержать: четкое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Для предъявления авторской позиции необходимо ориентироваться в проблеме. Это предполагает использование исходного материала: конспектов прочитанной литературы, лекций, записей результатов дискуссий, собственных соображений и накопленного опыта по данной проблеме.

Таким образом, для качественного выполнения задания по конкретной теме следует сначала прочитать ключевые статьи или главы книг, в которых, например, даются ясные концептуальные рамки или теоретическая аргументация, и/или в них приводятся всесторонние эмпирические данные, и/или рассматривается и оценивается широкий круг литературы по данной теме.

Эссе имеет признаки:

- небольшой объем (3-7 страниц компьютерного текста);
- конкретная тема;
- свободная композиция;
- внутреннее смысловое единство;
- непротиворечивость тех суждений, в которых выражена индивидуальная позиция автора;

- непринужденность повествования.

Стиль изложения отличается эмоциональностью, художественностью.

*Структура эссе:*

1. *Введение*, предполагающее изложение сути данной темы и обоснование ее выбора. При написании введения важно правильно сформулировать вопрос, на который предполагается найти ответ.
2. *Основная часть*, содержащая теоретические основы выбранной проблемы и изложение основного вопроса.

Важно, чтобы мысли автора эссе по проблеме излагались в форме кратких тезисов и подкреплялись доказательствами, именно поэтому за тезисом следуют аргументы.

Аргумент – это факт, явление общественной жизни, событие, жизненная ситуация и жизненный опыт, научное доказательство, ссылка на мнение ученых.

3. Заключение, представляющее собой обобщения и аргументированные выводы по теме.

При написании эссе важно также учитывать следующие моменты:

- вступление и заключение должны фокусировать внимание на проблеме;
- для достижения целостности работы необходимо выделение абзацев, красных строк, установление логической связи абзацев.

### 3 АТТЕСТАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ»

Самостоятельная работа в виде подготовленных материалов сдается студентами преподавателю для последующей аттестации. По результатам выполненной работы студенту начисляются баллы балльно-рейтинговой системы. Аттестация самостоятельной работы по дисциплине является одним из оснований для допуска студента к экзамену.

Рейтинговая система обучения предполагает многобалльное оценивание студентов – возможность объективно отразить в баллах расширение диапазона оценивания индивидуальных способностей студентов, их усилий, потраченных на выполнение того или иного вида самостоятельной работы, оригинальность, новизну подходов к выполнению заданий для самостоятельной работы. У студента имеется возможность повысить учебный рейтинг путем участия во внеучебной работе (участие в конференциях; выполнение индивидуальных творческих заданий и т.п.).

Рейтинговая система обучения способствует равномерному распределению у студента сил в течение семестра, улучшает усвоение учебной информации, обеспечивает систематическую работу во время сессии. Большое количество разнообразных заданий, предлагаемых для самостоятельной проработки, и разные шкалы их оценивания позволяют студенту следить за своими успехами, и при желании у него всегда имеется возможность улучшить свой рейтинг, не дожидаясь экзамена.

Использование рейтинговой системы позволяет добиться более ритмичной работы студента в течение семестра, а так же активизирует познавательную деятельность студентов путем стимулирования их творческой активности. Эффективно использование тестов непосредственно в процессе обучения, при самостоятельной работе студентов, в этом случае студент сам проверяет свои знания.

*Балльные оценки для элементов контроля*

Элементы учебной деятельности	Мак.балл на 1КТ с начала семестра	Мак.балл за период между 1КТ и 2КТ	Мак.балл за период между 2КТ и на конец семестра	Всего за семестр
Работа на практических занятиях	10	10	15	<b>35</b>
Контрольные работы, тесты, доклады, рефераты, эссе, задачи	10	10		<b>20</b>
Компонент своевременности	5	5	5	<b>15</b>

<b>Итого максимум за период:</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>20</b>	<b>70</b>
Сдача экзамена (максимум)				<b>30</b>
<b>Нарастающим итогом:</b>	<b>25</b>	<b>50</b>	<b>70</b>	<b>100</b>

*Пересчет баллов в оценки за контрольные точки*

<b>Баллы на дату контрольной точки</b>	<b>Оценка</b>
≥ 90 % от максимальной суммы баллов на дату КТ	5
От 70% до 89% от максимальной суммы баллов на дату КТ	4
От 60% до 69% от максимальной суммы баллов на дату КТ	3
< 60 % от максимальной суммы баллов на дату КТ	2

*Итоговая сумма баллов, учитывает успешно сданный экзамен*

<b>Оценка</b>	<b>Итоговая сумма баллов</b>
5 (отлично)	<b>90 – 100</b>
4 (хорошо)	<b>70– 89</b>
3 (удовлетворительно)	<b>60 – 69</b>
2 (неудовлетворительно)	<b>Ниже 60 баллов</b>

#### 4 ПОДГОТОВКА К ЭКЗАМЕНУ

Изучение дисциплины «Психология» завершается экзаменом. Подготовка к экзамену способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На экзамене студент демонстрирует то, что он приобрел в процессе обучения.

Не следует думать, что 3-4 дня достаточно для успешной подготовки к экзамену. В эти 3-4 дня нужно систематизировать уже имеющиеся знания. На консультации перед экзаменом студентов познакомят с основными требованиями, ответят на возникшие у них вопросы. Поэтому посещение консультаций обязательно.

*Требования к организации подготовки к экзамену:*

1. Соблюдение режима дня: сон не менее 8 часов в сутки, занятия завершить не позднее, чем за 2-3 часа до сна. Оптимальное время занятий – утренние и дневные часы.
2. Наличие собственных конспектов лекций. Даже в том случае, если была пропущена лекция, необходимо ее восстановить, обдумать, снять возникшие вопросы для того, чтобы запоминание материала было осознанным.
3. Конспект литературы, прочитанной в течение семестра.

*Правила подготовки к экзамену:*

1. Сразу сориентируйтесь во всем материале и обязательно расположите материал согласно экзаменационным вопросам.
2. Переосмыслите весь материала.
3. Готовьте «шпаргалки» – это систематизация и оптимизация знаний по предмету, но помните, пользоваться ими рискованно.
4. При ответе на экзамене сначала демонстрируйте что «усвоили» все что требуется по программе учебной дисциплины и лишь после этого высказывайте иные аргументированные точки зрения.

*Экзаменационные вопросы по учебной дисциплине «Психология»*

1. Психология как наука, предмет задачи психологической науки.
2. Методы современной психологии.
3. Важнейшие направления психологической науки.
4. Нейрофизиологические основы психики.
5. Понятие и основные функции психики.
6. Развитие психики и сознания.

7. Сознание и бессознательное.
8. Различные состояния сознания.
9. Представление о личности в психологии.
10. Способности и задатки, развитие способностей, способности и одаренность.
11. Способности как условие успешности деятельности человека.
12. Понятия темперамента и характера: проблема их соотношения.
13. Темперамент в структуре личности.
14. Характер и его формирование.
15. Акцентуации характера: определения и основные виды (на выбор).
16. Характер и проблема выделения основных свойств.
17. Определение и классификации эмоций, основные функции эмоций.
18. Понятие о мотивах и мотивации, функции мотива, виды мотивов.
19. Личность и общение.
20. Самосознание личности, его структура и функции.
21. Понятие о бессознательном в психологии.
22. Виды мышления: основные критерии классификации и характеристика.
23. Понятие интеллект, виды интеллекта, интеллектуальное развитие личности.
24. Язык и речь, виды и функции речи.
25. Память в системе познавательной деятельности.
26. Определение памяти. Явления, основные процессы и содержания памяти.
27. Виды, уровни и типы памяти: критерии классификации и их характеристики.
28. Понятие «деятельность», психологическая структура деятельности.
29. Мотивация деятельности человека.
30. Проблема внимания, характеристика различных представлений о внимании.
31. Основные явления, функции и свойства внимания.
32. Понятие о психических процессах, состояниях и свойствах личности.
33. Волевые качества личности. Проблема их формирования.
34. Волевая регуляция поведения.
35. Проблемы личности в современной психологии.
36. Понятие «личность», «индивид», «индивидуальность».
37. Структура личности. Проблема соотношения биологического и социального в личности.
38. Психоаналитическая модель личности. З. Фрейд (структура, движущие силы, мотивация). Понятие бессознательного.

39. Психоаналитическая модель личности. А. Адлер (структура, движущие силы).
40. Гуманистический подход в психологии (А. Маслоу).
41. Проблема формирования личности и её роль в современных условиях.
42. Ощущения, их классификация.
43. Понятие об ощущениях и их основных функциях. Ощущения и работа анализатора.
44. Свойства и виды ощущений.
45. Понятие о восприятии и его закономерностях.
46. Виды восприятия.
47. Основные свойства восприятия (константность, целостность, предметность, осмысленность).
48. Мышление как высшая форма познавательной деятельности.
49. Мышление как процесс решения задач. Основные мыслительные операции.
50. Потребности человека и их отражение в психике.
51. Творческое мышление и воображение. Виды воображения.
52. Эмоции, их роль в жизни человека.
53. Эмоциональная сфера личности. Функции эмоций.
54. Виды эмоциональных состояний. Модели эмоций.
55. Понятие «воля» и её основные функции.
56. Структура волевого акта.
57. Психология малой группы.
58. Общение как основа межличностных отношений.
59. Психология больших социальных групп.
60. Социально-психологический климат коллектива.
61. Управление межличностными конфликтами в коллективах.

**СПИСОК ИСТОЧНИКОВ**

1. Образовательные стандарты и программы <http://www.tusur.ru/ru/education/documents/federal/#13> (дата обращения: 27.08.19).
2. Образовательные стандарты вуза <https://regulations.tusur.ru/documents/71> (дата обращения: 27.08.19).
3. Положение о проверке самостоятельности выполнения письменных работ бакалавров, специалистов и магистров в ТУСУРе <https://regulations.tusur.ru/documents/81> (дата обращения: 27.08.19).