

Подписано электронной подписью:

Вержицкий Данил Григорьевич

Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»

Дата и время: 2024-02-21 00:00:00

471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Кемеровский государственный университет»

Новокузнецкий институт (филиал)

федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования

«Кемеровский государственный университет»

Факультет естественно-географический

«УТВЕРЖДАЮ»

Декан ЕГФ

И.В. Шимлина

«27» февраля 2017 г.



Рабочая программа дисциплины

Б1.В.ДВ.12.3 Психология стресса и стрессоустойчивого поведения

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки

География

Программа академического бакалавриата

Квалификация выпускника

Бакалавр

Форма обучения

Очная, заочная

Год набора 2014

Новокузнецк 2017

Лист внесения изменений

в РПД **Б1.В.ДВ.12.3 Психология стресса и стрессоустойчивого поведения**

Сведения об утверждении:

утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № 5 от «27» февраля 2017г.)
на 2017 год набора
Одобрена на заседании методической комиссии
(протокол методической комиссии факультета № 3 от «17» февраля 2017г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
(протокол № 6 от «2» февраля 2017г.) Рябов В.А. / _____

Изменения по годам:

на год набора 201_____

утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № __ от __.__.201__)
на 20____ год набора
Одобрена на заседании методической комиссии
протокол методической комиссии факультета № __ от __.__.201__)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
протокол № __ от __.__.201__) _____ (Ф. И.О. зав. кафедрой) / _____
(подпись)

на год набора 201_____

утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № __ от __.__.201__)
на 20____ год набора
Одобрена на заседании методической комиссии
протокол методической комиссии факультета № __ от __.__.201__)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
протокол № __ от __.__.201__) _____ (Ф. И.О. зав. кафедрой) / _____
(подпись)

на год набора 201_____

утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № __ от __.__.201__)
на 20____ год набора
Одобрена на заседании методической комиссии
протокол методической комиссии факультета № __ от __.__.201__)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
протокол № __ от __.__.201__) _____ (Ф. И.О. зав. кафедрой) / _____
(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата / специалитета / магистратуры (выбрать)	6
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	6
3.1. Объем дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах)	7
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	7
4.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	7
4.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)	8
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)	9
6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	10
6.1 Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине (модулю).....	10
6.2 Типовые контрольные задания или иные материалы	11
6.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций	14
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	14
а) основная учебная литература:.....	14
б) дополнительная учебная литература:.....	14
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)*	14
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)	15
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)	16
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)	16
12. Иные сведения и (или) материалы.....	16
12.1. Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)	Ошибка! Закладка не определена.

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 44.03.01 Педагогическое образование, профиль Биология

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

Коды компетенции	Результаты освоения ООП Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	<p>Знать: преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы; основы методики преподавания, принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения.</p> <p>Уметь: использовать подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями (одаренными детьми, обучающихся, для которых русский язык не является родным, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья); оценивать знания школьников на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с их реальными учебными возможностями.</p> <p>Владеть: формами и методами обучения предмету, в том числе (организацией и проведением проектной деятельности, лабораторных экспериментов, полевых практик); методами оценки достижений обучающихся.</p>
ПК-5	способностью осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального	<p>Знать: основы возрастной психологии, методы,</p>

	самоопределения обучающихся	<p>используемые в методике преподавания предмета; основы организации и проведения мониторинга личностных и метапредметных результатов освоения образовательной программы по предмету; методы педагогического сопровождения социализации и профессионального самоопределения учащихся средствами предметной области; принципы индивидуального подхода к обучению по предмету.</p> <p>Уметь:</p> <p>дифференцировать уровни развития учащихся через организацию учебного процесса по предмету; использовать педагогические технологии, методы и средства обучения с учетом возрастного и психофизического развития обучающихся при организации социализации и профессионального самоопределения через предметную область;</p> <p>планировать образовательный процесс с целью формирования готовности и способности учащихся к саморазвитию и профессиональному самоопределению; составлять программы по предмету, ориентированные на профессиональную ориентацию и с учетом саморазвития обучающихся.</p> <p>Владеть:</p> <p>навыками использования педагогических технологий, методов и средств обучения при организации социализации и профессионального самоопределения учащихся по предмету; навыками реализации программы учебной и внеурочной деятельности с учетом саморазвития обучающихся.</p>
ПК-7	способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность	<p>Знать:</p> <p>основные формы и методы обучения, выходящие за рамки учебных занятий по предмету;</p>

	<p>обучающихся, развивать их творческие способности</p>	<p>принципы организации учебно-исследовательской деятельности как вида внеурочной деятельности;</p> <p>основные способы организации сотрудничества обучающихся для формирования мотивации к обучению по предмету;</p> <p>основные виды внеурочной деятельности для поддержания активности, инициативности и самостоятельности, творческих способностей обучающихся.</p> <p>Уметь:</p> <p>использовать основные формы и методы обучения, выходящие за рамки учебных занятий по предмету, для организации сотрудничества обучающихся;</p> <p>умеет использовать принципы организации учебно-исследовательской деятельности;</p> <p>организовывать сотрудничество обучающихся для формирования мотивации к обучению;</p> <p>использовать основные виды внеурочной деятельности для поддержания активности, инициативности и самостоятельности, творческих способностей обучающихся;</p> <p>Владеть:</p> <p>опытом использования форм и методов обучения, выходящих за рамки учебных занятий по предмету;</p> <p>навыками организации сотрудничества обучающихся для формирования мотивации к обучению по предмету;</p> <p>опытом использования основных видов внеурочной деятельности для поддержания активности, инициативности и самостоятельности, творческих способностей обучающихся;</p>
--	---	---

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина «Психология стресса» в ОПОП бакалавриата по направлению «Педагогическое образование» является основной в *Цикле профессиональных дисциплин (раздел Б.3.В.ДВ.6.3)* трудоемкостью 108 часов (3 кредитных единицы), изучается в 8 семестре на четвертом курсе, формой контроля является зачет с оценкой.

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу

обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц (ЗЕ), 108 академических часов.

3.1. Объем дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах)

Объем дисциплины	Всего часов	
	для очной формы обучения	для заочной /очно-заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины	108	108
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	48	10
Аудиторная работа (всего**):		
в т. числе:		
Лекции	20	4
Семинары, практические занятия	28	6
Практикумы		
Лабораторные работы		
Внеаудиторная работа (всего**):		
В том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем:		
Курсовое проектирование		
Групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем		
Творческая работа (эссе)		
Самостоятельная работа обучающихся (всего**)	60	94
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен****)	Зачет	4

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

для очной формы обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоемкость (часов)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			аудиторные учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся	
			лекции	семинары, практические занятия		
1.	Стресс как	16	4	6	10	

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоёмкость (часов)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			аудиторные учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся	
			лекции	семинары, практические занятия		
	биологическая и психологическая категория.					
2.	Оценка уровня стресса	18	2	6	10	УО (Диктант по понятиям)
3.	Динамика стресса	18	2	6	10	УО (Диктант по методам), ИЗ-1
4.	Причины возникновения стресса	18	2	6	10	ПР-1(тест), ИЗ-2
5.	Виды стрессов	18	4	6	10	ПР-2 по теме 3, ИЗ-3
6.	Методы оптимизации уровня стресса	18	4	6	18	ИЗ-4
7.	итого	108	18	36	54	(4 часа) зачет

4.2 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	Раздел 1	Стресс как биологическая и психологическая категория
<i>Содержание лекционного курса</i>		
1.1.	Введение. Понятие «стресс»	Проблема стресса в биологии и медицине. Классическая концепция стресса Г. Селье и ее развитие.
2	Раздел 2	Оценка уровня стресса
<i>Темы практических/семинарских занятий</i>		
2.1.	Формы проявления стресса	Стресс как реакция организма. Виды проявления стресса: поведенческие, интеллектуальные, физиологические, эмоциональные.
3.	Раздел 3	Динамика стресса

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
3.1	Факторы, влияющие на развитие стресса	Врожденные особенности организма. Родительские сценарии. Личностные особенности. Факторы социальной среды. Когнитивные факторы.
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
3.2.	Последствия стресса	Стресс - заболевания. Психосоматические заболевания. Посттравматический синдром.
4.	Раздел 4	Причины возникновения стресса
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
4.1.	Субъективные (внутренние) причины возникновения психологического стресса.	Условия жизни и работы (постоянные компоненты существования). Взаимодействие с другими людьми. Политические и экономические факторы. Чрезвычайные обстоятельства.
5.	Раздел 5	Виды стрессов
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
5.1	Классификации стрессоров	Каузальная классификация стрессоров. Степень подконтрольности стрессора. Локализация стрессора. Пути преодоления стрессоров различного типа.
6.	Раздел 6	Методы оптимизации уровня стресса
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
6.1	Устранение причин стресса	Устранение причин стресса путем совершенствования поведенческих навыков. Коммуникативные навыки. Уверенное поведение. Эффективное целеполагание.
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
6.2.	Проведение тренинга	Религия как способ борьбы со стрессами. Медитация. Тактика борьбы со стрессом в зависимости от времени его наступления.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Студентам предоставляются планы семинарских занятий, включающие перечень вопросов и заданий, методические рекомендации по подготовке и список литературы и источников. Там же размещаются вопросы и задания для промежуточного контроля. Во внутренней сети вуза для свободного доступа студентов размещаются конспекты лекций и слайд-презентации лекций по курсу. Материалы для подготовки к практическим (семинарским) занятиям предоставляются студентам в начале семестра в электронном виде и

размещаются во внутренней сети вуза. *Режим доступа: Проскуракова/ГФ/кафедра общей и прикладной психологии/ Психология стресса.*

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. www.nlr.ru/ – Российская национальная библиотека.
2. www.nns.ru/ – Национальная электронная библиотека.
3. www.rsl.ru/ – Российская государственная библиотека.
4. www.biznes-karta.ru/ – Агентство деловой информации «Бизнес-карта».
5. www.rbs.ru/ – Информационное агентство «РосБизнесКонсалтинг»
6. www.aport.ru/ – Поисковая система.
7. www.rambler.ru/ – Поисковая система.
8. www.yandex.ru/ – Поисковая система.
9. www.businesslearning.ru/ – Система дистанционного бизнес образования.
10. www.test.specialist.ru/ – Центр компьютерного обучения МГТУ им. Н.Э Баумана.

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине (модулю)

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины (темы) (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части) / и ее формулировка – по желанию	наименование оценочного средства
1.	Стресс как биологическая и психологическая категория.	ПК- 2, ПК- 5, ПК- 7	Выполнение задания обобщающего задания
2.	Оценка уровня стресса	ПК- 2, ПК- 5, ПК- 7	устные выступления на практических занятиях; письменные работы на практическом занятии (сравнительная таблица)
3.	Динамика стресса	ПК- 2, ПК- 5, ПК- 7	Тест; устные выступления на практических занятиях; письменная работа на практическом занятии
4.	Причины возникновения стресса	ПК- 2, ПК- 5, ПК- 7	устные выступления
5.	Виды стрессов	ПК- 2, ПК- 5, ПК- 7	анализ текстовых материалов на практическом занятии
6.	Методы оптимизации уровня стресса	ПК- 2, ПК- 5, ПК- 7	Выполнение конспекта, реферат, доклад.

6.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

6.2.1. зачет

В качестве формы промежуточного контроля знаний по дисциплине «Психология стресса» предусмотрен зачет с оценкой. Допускается устная и письменная (в форме теста) сдача зачета.

Вопросы для зачета.

1. Стресс как биологическая и психологическая категория.
2. Проблема стресса в биологии и медицине.
3. Классическая концепция стресса Г. Селье и ее развитие.
4. Физиологические проявления стресса
5. Особенности психологического стресса.
6. Введение понятия психологического стресса
7. Особенности психологического стресса
8. Дифференцировка стресса и других состояний
9. Оценка уровня стресса
10. Объективные методы оценки уровня стресса
11. Субъективные методы оценки уровня стресса
12. Прогноз уровня стресса
13. Динамика стресса
14. Общие закономерности развития стресса
15. Классическая динамика развития стресса
16. Влияние характеристик стрессора на уровень стресса
17. Развитие психологического стресса на примере экзаменационного стресса
18. Факторы, влияющие на развитие стресса.
19. Врожденные особенности организма
20. Родительские сценарии
21. Личностные особенности
22. Факторы социальной среды
23. Когнитивные факторы
24. Последствия стресса
25. Психосоматические заболевания
26. Посттравматический синдром
27. Причины возникновения стрессов
28. Субъективные (внутренние) причины возникновения психологического стресса
29. Несоответствие генетических программ современным условиям
30. Взаимодействие с другими людьми
31. Политические и экономические факторы
32. Чрезвычайные обстоятельства
33. Каузальная классификация стрессоров
34. Степень подконтрольности стрессора
35. Локализация стрессора
36. Пути преодоления стрессоров различного типа

37. Стресс от реализации негативных родительских программ
38. Стресс, вызванный когнитивным диссонансом и механизмами психологической защиты
39. Стресс, связанный с неадекватными установками и убеждениями личности
40. Стресс, вызванный невозможностью реализации актуальной потребности
41. Стресс, связанный с неправильной коммуникацией
42. Стресс от неадекватной реализации условных рефлексов
43. Неумение обращаться со временем (стресс и время)
44. Объективные (внешние) причины возникновения психологического стресса
45. Условия жизни и работы (постоянные компоненты существования)
46. Методы оптимизации уровня стресса
47. Общие подходы к нейтрализации стресса
48. Способы саморегуляции психологического состояния во время стресса
49. Аутогенная тренировка
50. Метод биологической обратной связи
51. Дыхательные техники
52. Мышечная релаксация
53. Рациональная психотерапия
54. Диссоциация
55. Использование позитивных образов (визуализация)
56. Условно-рефлекторные техники (включая НЛП)
57. Физические упражнения
58. Религия как способ борьбы со стрессами
59. Медитация
60. Тактика борьбы со стрессом в зависимости от времени его наступления
61. Устранение причин стресса путем совершенствования поведенческих навыков
62. Коммуникативные навыки
63. Уверенное поведение
64. Эффективное целеполагание

6.2.2 Наименование оценочного средства* (в соответствии с таблицей 6.1)

а) критерии оценивания компетенций (результатов)

Критерии оценивания результатов обучения:

Требования, предъявляемые к ответам, направлены на проверку достигнутого студентами уровня овладения дисциплины и ориентированы на ФГОС ВПО направления подготовки бакалавра.

В результате освоения дисциплины обучающиеся должны:

знать:

1. понятие стресс и его особенности

2. виды стресса и механизмы его возникновения;
3. факторы, вызывающие стресс;
4. методы диагностики и профилактики стресса

уметь:

1. диагностировать стадию стресса,
2. выявлять вид стресса и причины его возникновения,
3. осуществлять превенцию возникновения стресса,
4. вырабатывать и корректировать копинг-поведение человека в соответствии с его индивидуальными психологическими и физиологическими особенностями.

владеть:

1. навыками и способами саморегуляции психологического состояния во время стресса: аутогенная тренировка, метод биологической обратной связи, дыхательные техники, мышечная релаксация, рациональная психотерапия, диссоциация.
2. навыками определения посттравматического синдрома стресса.

В зависимости от успеваемости студента в течение учебного семестра и на основании теоретического опроса выставляются:

«Зачтено» - выставляется студенту, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания учебной программы дисциплины и умение уверенно применять их для анализа исторических событий; продемонстрировавшему полные знания учебной программы дисциплины, умение применять их для анализа исторических событий.

«Не зачтено» - выставляется студенту, ответ которого содержит существенные пробелы в знаниях основного содержания учебной программы дисциплины.

6.2.2. Подготовка и выступление на практическом занятии

б) описание шкалы оценивания

Критерии оценки устного выступления (от 1 до 4 баллов за одно занятие):

- 1 балл – ответ на вопрос преподавателя по содержанию выступления других студентов, формулирование вопросов выступающим по содержанию выступления
- 2 балла – дополнение к выступлению докладчика, по одному из вопросов семинарского занятия; выступление по вопросу только с использованием материала учебника либо с использованием дополнительной литературы, но без указания автора и без анализа текста.
- 3 балла – дополнения к выступлениям докладчиков по нескольким вопросам семинара; выступление по вопросу с использованием научно-исследовательской литературы, анализируемой при помощи вопросов преподавателя
- 4 балла – выступление по основному вопросу семинара, основанное на самостоятельном анализе научно-исследовательской литературы (работы одного или нескольких авторов).

6.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

а) основная учебная литература:

1. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы его коррекции.– СПб.: Питер, 2006. – 256 с.: ил. – (Серия «Учебное пособие»).

2. Психология стресса. Рабочая учебная программа дисциплины специальности 230600 – “Домоведение” / Автор к.с.н. В.В. Звягинцев. – Новосибирск: СибУПК, 2002.

б) дополнительная учебная литература:

3. Психология стресса. Учебная программа курса для студентов специальности 230600 – “Домоведение” / разработана к.с.н., В.В. Звягинцевым. – Новосибирск, 2002.

4. Худорошко Л.А. Управление психическими состояниями. Учебное пособие для студентов всех специальностей. – Новосибирск: СибУПК, 2000.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

11. www.nlr.ru/ – Российская национальная библиотека.

12. www.nns.ru/ – Национальная электронная библиотека.

13. www.rsl.ru/ – Российская государственная библиотека.

14. www.biznes-karta.ru/ – Агентство деловой информации «Бизнес-карта».

15. www.rbs.ru/ – Информационное агентство «РосБизнесКонсалтинг»

16. www.aport.ru/ – Поисковая система.

17. www.rambler.ru/ – Поисковая система.

18. www.yandex.ru/ – Поисковая система.

19. www.businesslearning.ru/ – Система дистанционного бизнес образования.

20. www.test.specialist.ru/ – Центр компьютерного обучения МГТУ им. Н.Э Баумана.

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

9.1. Указания по организации самостоятельной работы

Самостоятельная работа студентов по изучению дисциплины «*Психология стресса*» включает в себя следующие элементы:

- умение слушать и записывать лекции;
- работу с научной литературой;
- подготовку к семинарским занятиям и активное участие в них;
- подготовку доклада, реферата, участие в конкурсах студенческих научных работ;
- выступление с докладом, рефератом на семинаре или на студенческой научной конференции;
- подготовку к сдаче экзамена, зачета.

9.2. Рекомендации к прослушиванию лекционного курса

Лекция – одна из основных форм учебной работы в вузе. В системе Новокузнецкого филиала-института Кемеровского государственного университета около половины учебно-аудиторного времени студенты проводят в лекционных аудиториях. В лекции рассматриваются не все, но самые главные, узловые вопросы каждой темы курса, сообщаются новейшие научные достижения. Лекция – научная и методическая основа для самостоятельной работы студентов. Она предшествует семинарским занятиям и даёт направление всей подготовки к ним.

Студент на лекции должен не только слушать, а слушать работая, т.е. понимая и записывая. Работая на лекции, необходимо уделить основное внимание логике изложения темы преподавателем, системе его аргументации. Конспект лекции нужен не только для того, чтобы потом использовать его для подготовки к семинару, зачёту. Запись излагаемого лектором материала способствует лучшему его усвоению, анализу, запоминанию. При записи лекций работают все виды памяти – зрительная, слуховая, моторная. Конспект лекции необходим для систематизирования изучаемого материала, обобщения пройденного.

В процессе конспектирования лекции целесообразно учитывать следующие рекомендации:

1. Лекции по каждой изучаемой дисциплине следует вести в тетради, отдельной от практических (семинарских) занятий.
2. Обязательно записывать тему и план лекции.
3. Стараться излагать содержание лекции своими словами, ясно формулировать и выделять тезисы, отделять их от аргументов.
4. Рекомендуется соблюдать поля, на которых можно по ходу лекции и в дальнейшем записывать возникшие вопросы, замечания, дополнения и т.д.
5. Полезно использовать выделение в тексте отдельных ключевых слов и понятий, заголовков и подзаголовков, что облегчает чтение и восприятие текста при его последующем использовании для подготовки к семинарскому (практическому) занятию, сдаче зачета (экзамена).
6. Нужно учиться записывать лекции кратко, используя общепринятые

сокращения слов и фраз.

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

1. Использование слайд-презентаций при проведении лекций.
2. Визуальные материалы (документальные и художественные фильмы) на DVD-носителях

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Мультимедийные средства, компьютеризированные методы психодиагностики (разработанные программные продукты - методики тестирования и обработки результатов).

Занятия проводятся в аудиториях на 20 посадочных мест и предполагают следующее техническое оснащение:

1. Мультимедийный проектор и экран.
2. Видеомагнитофон.
3. DVD-плеер.
4. Видеокамера.
5. Телевизор.

12. Иные сведения и (или) материалы

Составитель (и): Проскуракова Л.А., доцент кафедры общей и прикладной психологии
(фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей))

Макет рабочей программы дисциплины (модуля) одобрен научно-методическим советом (протокол № 8 от 09.04.2014 г.)