

Министерство культуры Российской Федерации
Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия
Хворостовского

Приложение 2 к рабочей программе

Методические рекомендации по освоению дисциплины

«Общая психология»

уровень бакалавриата

Направление подготовки: 52.03.01 Хореографическое искусство

Профиль: Педагогика современного танца

Разработчик: доцент, кандидат педагогических наук Смирная А.А.

1. Пояснительная записка

Методические указания по освоению дисциплины «Общая психология» разработаны в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 52.03.01 Хореографическое искусство.

Цель методических рекомендаций - обеспечить студенту оптимальную организацию процесса изучения дисциплины, а также выполнение самостоятельной работы.

В современных условиях одним из важнейших требований к обучающимся является умение самостоятельно пополнять свои знания, ориентироваться в потоке научной информации.

Приступая к изучению дисциплины «Общая психология», обучающиеся должны ознакомиться с рабочей программой дисциплины, настоящими методическими указаниями, фондом оценочных средств, а также с учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке Института, получить доступ в электронные библиотечные системы, получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия.

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения текущих и промежуточных контрольных испытаний обучающемуся рекомендуется регулярно изучать каждую тему дисциплины, посещая аудиторные занятия.

2. Характер различных видов учебной работы и рекомендуемая последовательность действий обучающегося («сценарий изучения дисциплины»)

Дисциплина «Общая психология» в учебном плане представлена как лекционный курс.

Лекция (от лат. lectio – «чтение») является одной из основных форм учебных занятий в высших учебных заведениях, представляющая собой систематическое, последовательное изложение преподавателем определенного раздела учебной дисциплины. Лекции различаются по своему построению, приемам изложения материала, характеру обобщений и выводов.

1. Вводная лекция дает первое целостное представление об учебном предмете и ориентирует студента в системе работы по данному курсу.
2. Лекция-информация ориентирована на изложение и объяснение студентам научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

3. Обзорная лекция — это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрисубъектной и межпредметной связи, исключая детализацию и конкретизацию.
4. Проблемная лекция. На этой лекции новое знание вводится через проблемность вопроса, задачи или ситуации. При этом процесс познания студентов в сотрудничестве и диалоге с преподавателем приближается к исследовательской деятельности.
5. Лекция-визуализация представляет собой визуальную форму подачи лекционного материала средствами ТСО или аудиовидеотехники. Чтение такой лекции сводится к развернутому или краткому комментированию просматриваемых визуальных материалов.
6. Бинарная лекция — это разновидность чтения лекции в форме диалога двух преподавателей (либо как представителей двух научных школ, либо как ученого и практика, преподавателя и студента).
7. Лекция с заранее запланированными ошибками рассчитана на стимулирование студентов к постоянному контролю предлагаемой информации. В конце лекции проводится диагностика слушателей и разбор сделанных ошибок.
8. Лекция-конференция проводится как научно-практическое занятие, с заранее поставленной проблемой и системой докладов, длительностью 5—10 мин.
9. Лекция-консультация может проходить по разным сценариям. Первый вариант осуществляется по типу «вопросы—ответы». Лектор отвечает в течение лекционного времени на вопросы студентов по всем разделу или всему курсу. Второй вариант такой лекции, представляемой по типу «вопросы—ответы—дискуссия», является тройным сочетанием: изложение новой учебной информации лектором, постановка вопросов и организация дискуссии в поиске ответов на поставленные вопросы.

Слушание и запись лекций - сложные виды вузовской работы. Слушая лекции, надо стремиться понять цель и логическую последовательность изложения, уловить ход мыслей лектора. Таким образом, первая и важнейшая задача при слушании лекции - осмысление излагаемого в ней материала. Для этого нужно слушать лекцию с самого начала, не упуская общих, ориентирующих в материале рассуждений и установок лектора. То, что внимательно прослушано, продумано и записано на лекциях, гораздо быстрее запоминается. Следует отметить, что осмысленному слушанию лекции существенно помогает предварительное ознакомление с материалом

по имеющейся литературе, а также хотя бы беглый просмотр записей предшествующих лекций по данному курсу, если они уже были.

Конспектирование лекций имеет большое образовательное значение для слушателей, поэтому нужно стремиться к скорейшему овладению его методики. Конспектирование лекций способствует закреплению полученной информации в памяти, вооружает необходимыми знаниями, умениями и навыками. Но конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное, основное. Если же студент стремится записать дословно всю лекцию, то такое «конспектирование» приносит больше вреда, чем пользы. Некоторые студенты просят иногда преподавателя «читать помедленнее»; им хочется, чтобы лекция превратилась в лекцию-диктовку. Это очень вредная тенденция, так как в этом случае студент механически записывает большое количество услышанных сведений и не размышляет над ними. Бесполезно писать все подряд, не надо спешить вслед за лектором, а нужно стараться фиксировать сразу смысловые блоки. Обычно преподаватели, изменяя силу, тембр голоса или замедляя чтение, выделяют и подчеркивают важнейшие положения излагаемого материала, делают записи и зарисовки на доске. Степень полноты конспекта может быть разной в зависимости от учебно-методического обеспечения той или иной дисциплины. Если по курсу имеется соответствующая литература (учебник, учебное пособие, методические рекомендации по изучению дисциплины и т.д.), конспект может быть кратким. Если лекция – единственный источник информации, запись должна быть более подробной.

Записи лекций (так же как и конспекты изучаемых книг или статей) желательно делать на одной стороне листа и лучше всего - на листах, вынимающихся из тетради. Это даст возможность дополнять написанное из других источников, комбинировать листы в зависимости от вновь возникшей задачи и т.д.

Для облегчения записи рекомендуется применять систему условных обозначений и сокращений (аббревиатур) повторяющихся терминов или хорошо известных понятий. Структура записи при всех условиях должна отражать структуру содержания излагаемого лектором материала. Конспект лучше подразделять на параграфы, пункты, подпункты, соблюдая красную строку. Необходимо применять подчеркивание, заключение в рамки, выделение цветом (фломастерами, маркерами) и т.д. Такие записи представляют своего рода модели осмысленно переработанной информации и оказывают существенную помощь в процессе слушания лекции, облегчают запоминание и особенно воспроизведение учебного материала.

Принципиально важные места, определения понятий, ключевые положения следует сопровождать замечаниями: «важно», «особо важно», «хорошо запомнить» и т.п. А еще лучше - разработать собственную «маркографию». Например: ! - важно; !!! - очень важно; ? - под вопросом; NB - обратить внимание; R - запомнить; С - скопировать и т. д.

После прослушивания лекций необходимо систематически работать над их конспектами, так как процесс забывания особенно интенсивно происходит в первый период после усвоения (заучивания); это одна из закономерностей человеческой памяти. Записи лекций следует периодически перечитывать, выправлять текст, делать дополнения, размечать цветом то, что должно быть глубоко и прочно закреплено в памяти.

Первый просмотр конспекта рекомендуется сделать вечером того дня, когда была прослушана лекция (предварительно вспомнить, о чем шла речь, и хотя бы один раз просмотреть записи). Затем вновь просмотреть конспект через 3-4 дня. Времени на такую работу уходит немного, но результаты обычно бывают эффективными: студент основательно и глубоко овладевает материалом и к сессии приходит хорошо подготовленным.

Работая над конспектом лекций, всегда следует использовать не только учебную литературу, но и те источники, которые дополнительно рекомендовал лектор. Только такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит каждому студенту овладеть прочными знаниями и развить в себе научные и творческие способности.

3. Формы самостоятельной работы

Самостоятельная работа студентов – это учебная, учебно-исследовательская и общественно-значимая деятельность студентов, направленная на развитие общекультурных и профессиональных компетенций, которая осуществляется без непосредственного участия преподавателя, но по его заданию.

Самостоятельная работа проводится с целью формирования индивидуальной образовательной траектории обучающихся; формирования общих и профессиональных компетенций обучающихся; обобщения, систематизации, закрепления, углубления и расширения полученных знаний и умений студентов; формирования умений поиска и использования информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного роста. В учебном процессе выделяют два вида самостоятельной работы: аудиторная, внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по учебной дисциплине выполняется обучающимися на учебных занятиях. Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется без непосредственного участия преподавателя. Формами аудиторной самостоятельной работы являются активные и интерактивные формы проведения занятий: деловые и ролевые игры, разбор конкретных ситуаций, в том числе углубляющих теоретические знания, «кейс-стади», тренинги и другие формы.

Формами внеаудиторной самостоятельной работы являются: работа с основной и дополнительной литературой, интернет-ресурсами, самостоятельное ознакомление с лекционным материалом, подготовка опорных конспектов, поиск информации по теме с последующим ее представлением в аудитории в форме доклада, презентаций, подготовка к выполнению аудиторных контрольных работ, выполнение домашних контрольных работ, выполнение тестовых заданий, подготовка сообщений к выступлению на семинаре, подготовка к зачетам и экзаменам, подготовка выпускной квалификационной работы.

В курсе «Общая психология» используется внеаудиторная самостоятельная работа (решение ситуационных задач, написание эссе (или выполнение презентаций, письменные сообщения, подготовка к зачету).

4. Рекомендации по подготовке эссе (презентаций), решения ситуационных задач, в том числе рекомендации по оформлению и предлагаемые темы работ

Сообщение. Письменное сообщение студенты готовят, обычно, по предложению преподавателя как биографическую информацию о психологе, которую находят сами или по рекомендации преподавателя. Здесь требуется:

- отбирать только существенный, значимый и интересный материал (главные биографические данные, основные идеи ученого, назвать 2-3 наиболее известных работы, выделить особенности личности или эпизоды жизни);

- использовать надежные источники;

- стараться стилистически правильно излагать письменное содержание материала.

Примерный список психологов

1. Адлер Альфред
2. Айзенк Ганс Юрген
3. Ананьев Борис Герасимович
4. Асмолов Александр Григорьевич
5. Ашлаг Фейга
6. Бандура Альберт

7. Берн Эрик Леннард
8. Бехтерев Владимир Михайлович
9. Блонский Павел Петрович
10. Блум Бенджамин
11. Блум Эми
12. Блумер Герберт
13. Божович Лидия Ильинична
14. Бойко Евгений Иванович
15. Введенский Александр Иванович
16. Вебер Эрнст Генрих
17. Вундт Вильгельм
18. Выготский Лев Семёнович
19. Гальперин Пётр Яковлевич
20. Гуревич Константин Маркович
21. Гэд, Томас
22. Джеймс Уильям
23. Джемс Уильям
24. Завьялов Владимир Юрьевич
25. Зинченко Владимир Петрович
26. Исаев Дмитрий Дмитриевич
27. Кафка Густав
28. Келли Джордж Александр
29. Козлов Николай Иванович
30. Кэттелл Джеймс Маккин
31. Кюблер-Росс Элизабет
32. Лазурский Александр Фёдорович
33. Лебон Гюстав
34. Левин Курт
35. Леонгард Карл
36. Леонтьев Алексей Алексеевич
37. Литвак Михаил Ефимович
38. Лурия Александр Романович
39. Маслоу Абрахам Харольд
40. Морено Якоб Леви
41. Небылицын Владимир Дмитриевич
42. Олпорт Гордон
43. Оутс Уэйн Эдвард
44. Парыгин Борис Дмитриевич
45. Райх Вильгельм
46. Реан Артур Александрович
47. Рубинштейн Моисей Матвеевич
48. Салливан Гарри Стек
49. Скиннер Беррес Фредерик
50. Теплов Борис Михайлович
51. Уотсон Джон Бродес

52. Франк Семён Людвигович
53. Франкл Виктор
54. Фрейд Зигмунд
55. Фромм Эрих
56. Хеллингер Берт
57. Хоффман Эбби
58. Штерн Уильям
59. Щедровицкий Георгий Петрович
60. Эрикссон Милтон
61. Юнг Карл Густав
62. Ярошевский Михаил Григорьевич
63. Ясперс Карл Теодор
64. Ястров Джозеф

Эссе – это небольшая самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем (тема может быть предложена и обучающимся, но обязательно должна быть согласована с преподавателем). Жанр эссе предполагает творческое и свободное изложение личной позиции автора, его собственных размышлений.

Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. *Писать эссе* чрезвычайно полезно, поскольку это позволяет автору научиться самостоятельности мышления, четко и грамотно формулировать мысли, структурировать информацию, вырабатывать собственный стиль речи.

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.

Презентация в Microsoft Power Point представляет собой результат самостоятельной работы студентов, с помощью которой они наглядно демонстрируют материалы публичного выступления перед аудиторией.

Компьютерная презентация – это файл с необходимыми материалами, который состоит из последовательности слайдов. Каждый слайд содержит законченную по смыслу информацию, так как она не переносится на следующий слайд автоматически в отличие от текстового документа. Студенту – автору презентации, необходимо уметь распределять материал в пределах страницы и грамотно размещать отдельные объекты. В этом ему поможет целый набор готовых объектов (пиктограмм, геометрических фигур, текстовых окон и т.д.).

Бесспорным достоинством презентации является возможность при необходимости быстро вернуться к любому из ранее просмотренных слайдов или буквально на ходу изменить последовательность изложения материала.

Презентация помогает самому выступающему не забыть главное и точнее расставить акценты.

Удерживать активное внимание слушателей можно не более 15 минут, а, следовательно, при среднем расчете времени просмотра – 1 минута на слайд, количество слайдов не должно превышать 20-ти.

Первый слайд презентации должен содержать тему работы, фамилию, имя и отчество исполнителя, номер учебной группы, а также фамилию, имя, отчество, должность и ученую степень преподавателя.

На втором слайде целесообразно представить цель и краткое содержание презентации.

Последующие слайды необходимо разбить на разделы согласно пунктам плана работы.

На заключительный слайд выносятся самое основное, главное из содержания презентации.

Для визуального восприятия текст на слайдах презентации должен быть не менее 18 пт, а для заголовков – не менее 24 пт.

Макет презентации должен быть оформлен в строгой цветовой гамме. Фон не должен быть слишком ярким или пестрым. Текст должен хорошо читаться. Одни и те же элементы на разных слайдах должны быть одного цвета.

Пространство слайда (экрана) должно быть максимально использовано, за счет, например, увеличения масштаба рисунка. Кроме того, по возможности необходимо занимать верхние $\frac{3}{4}$ площади слайда (экрана), поскольку нижняя часть экрана плохо просматривается с последних рядов.

Каждый слайд должен содержать заголовок. В конце заголовков точка не ставится. В заголовках должен быть отражен вывод из представленной на слайде информации. Оформление заголовков заглавными буквами можно использовать только в случае их краткости.

На слайде следует помещать не более 5-6 строк и не более 5-7 слов в предложении. Текст на слайдах должен хорошо читаться.

При добавлении рисунков, схем, диаграмм, снимков экрана (скриншотов) необходимо проверить текст этих элементов на наличие ошибок. Необходимо проверять правильность написания названий улиц, фамилий авторов методик и т.д.

Нельзя перегружать слайды анимационными эффектами – это отвлекает слушателей от смыслового содержания слайда. Для смены слайдов используйте один и тот же анимационный эффект.

Перед созданием презентации необходимо четко определиться с целью, создаваемой презентации, построить вступление и сформулировать заключение, придерживаться основных этапов и рекомендуемых принципов ее создания.

Основные этапы работы над компьютерной презентацией:

1. Спланируйте общий вид презентации по выбранной теме, опираясь на собственные разработки и рекомендации преподавателя.

2. Распределите материал по слайдам.

3. Отредактируйте и оформите слайды.

4. Задайте единообразный анимационный эффект для демонстрации презентации.

5. Распечатайте презентацию.

6. Прогоните готовый вариант перед демонстрацией с целью выявления ошибок.

7. Доработайте презентацию, если возникла необходимость.

Основные принципы выполнения и представления компьютерной презентации следующие:

- компьютерная презентация не предназначена для автономного использования, она должна лишь помогать докладчику во время его выступления, правильно расставлять акценты;

- не стоит усложнять презентацию и перегружать ее текстом, статистическими данными и графическими изображениями;

- текст на слайдах не предназначен для чтения. Устная речь докладчика должна дополнять, описывать, но не пересказывать, представленную на слайдах информацию;

- надо предусмотреть достаточное количество времени для знакомства с информацией каждого нового слайда, а уже после этого давать свои комментарии показанному на экране. В противном случае внимание слушателей будет рассеиваться.

Решение ситуационных задач представляют разбор и анализ ситуаций и письменный или устный ответ на представленные вопросы.

5. Советы по подготовке к текущему, промежуточному и итоговому контролю по дисциплине

Итоговый контроль по дисциплине проводится в форме зачета. Это определенный итог работы студента над важнейшими разделами курса. Во время зачета преподавателю предоставляется право задавать студентам вопросы по всем темам изученного курса. Вопрос об использовании на зачете справочной или иной литературы решается индивидуально. Оценивание ответа студента производится в соответствии с установленными критериями, которые преподаватель сообщает в начале изучения дисциплины. Оптимальным методом подготовки к экзамену является планомерная, систематическая, настойчивая работа в течение всего семестра с первого до последнего дня, важным является регулярное посещение семинаров.

Начинать подготовку к зачету необходимо менее чем за месяц до экзаменационной сессии с 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.

Вопросы к зачету по дисциплине «Общая психология»

1. Предмет психологии. Место психологии в системе наук. Связь психологии с другими науками.
2. Этапы развития психологии как науки.
3. Отрасли современной психологии.
4. Структура общей психологии.
5. Основные методологические принципы психологии.
6. Методы психологии. Классификация методов психологического исследования (по Б.Г.Ананьеву).
7. Общее понятие о психике. Эволюция психики. Развитие психики в филогенезе.
8. Общее понятие о сознании: природа человеческого сознания, возникновение и развитие сознания. Психологическая структура сознания: слои сознания.
9. Деятельностный подход в психологии.
10. Понятие о деятельности. Поведение и деятельность. Особенности человеческой деятельности.
11. Понятие о личности в психологии. Соотношение понятий индивид, личность, индивидуальность.
12. Теории личности в психологии (психоаналитическая, биологическая, бихевиористская, когнитивная, гуманистическая, культурно-историческая и др.)
13. Виды ощущений, общие свойства ощущений.
14. Восприятие – сущность и значение. Виды восприятий. Основные свойства восприятия.
15. Понятие памяти, значение памяти в жизни человека. Виды памяти и их особенности.
16. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение, узнавание, забывание.
17. Определение и виды воображения (активное, пассивное, воссоздающее, творческое). Галлюцинации и грезы, как виды воображения.
18. Мышление и его особенности. Виды и формы мышления. Основные мыслительные операции.
19. Речь и мышление. Основные свойства и функции речи.
20. Общее понятие о языке и речи. Речь и общение. Виды речевой деятельности и их особенность.
21. Понятие общения. Коммуникативная, интерактивная и перцептивная стороны общения.
22. Вербальная и невербальная коммуникация.
23. Стили общения.
24. Внимание. Виды внимания.
25. Особенности внимания как психического процесса. Свойства внимания (устойчивость, сосредоточенность, распределение, переключаемость, объем).
26. Понятие о воле. Структура волевых действий. Волевые качества

человека и их развитие.

27. Значение воли в жизни человека. Волевые состояния (ответственность, инициативность, решительность, целеустремленность, настойчивость и т.д.).
28. Понятие о чувствах и эмоциях. Значение эмоций в жизни человека.
29. Классификация и виды эмоций.
30. Виды чувств. Основные свойства и функции чувств. Формы их протекания.
31. Темперамент. Основные типы темперамента.
32. Понятие о способностях. Структура способностей. Природные предпосылки способностей и таланта.
33. Определение характера. Природа и проявления характера.
34. Черты характера. Акцентуация характера.