

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 13.04.2026 09:50:57
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет психологии
Кафедра психологии труда и психологического консультирования

Согласовано
деканом факультета психологии
« 11 » 02 2025 г.
/Кирсанова В.Г./

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы

Направление подготовки
37.04.01 Психология

Программы подготовки
Психология кризисных ситуаций

Квалификация
Магистр

Форма обучения
Очно-заочная

Согласовано учебно-методической
комиссией факультета психологии
Протокол « 11 » 02 2025 г. № 5
Председатель УМКом /Кирсанова В.Г./

Рекомендовано кафедрой психологии
труда и психологического
консультирования
Протокол от « 20 » 04 2025 г. № 8
Зав. кафедрой /Кузнецова И.Г./

Москва
2025

Автор-составитель:
Кутергина И.Г кандидат психологических наук

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ России от 29.07.2020 г. № 841.

Год начала подготовки (по учебному плану) 2025

Содержание

1. Общие положения.....	4
2. Общие требования к организации СРС.....	4
3. Виды и формы СРС.....	6
4. Виды и формы аудиторной работы.....	6
5. Виды и формы внеаудиторной самостоятельной работы.....	7

1. Общие положения

1.1 Самостоятельная работа магистрантов (далее также – СРС) – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа магистрантов, выполняемая в основном во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. СРС может быть организована во время аудиторных занятий при участии преподавателя.

1.2 Основная цель СРС – воспитание сознательного отношения магистрантов к овладению теоретическими и практическими знаниями, привитие им привычки к напряжённому интеллектуальному труду.

1.3 Задачи СРС:

– систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений;

– углубление и расширение теоретических знаний;

– формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;

– развитие познавательных способностей и активности магистрантов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;

– формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;

– развитие исследовательских умений;

– использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических и лабораторных занятиях.

2. Общие требования к организации СРС

2.1 Самостоятельная работа реализуется:

– непосредственно в процессе аудиторных занятий – на лекциях, практических и семинарских занятиях, при выполнении лабораторных работ;

– в контакте с преподавателем вне рамок расписания – на консультациях по учебным вопросам, в ходе творческих контактов, при ликвидации задолженностей, при выполнении индивидуальных заданий и т.д.;

– в библиотеке, дома, в общежитии, на кафедре при выполнении студентом учебных и творческих задач.

Границы между этими видами работ достаточно размыты, а сами виды самостоятельной работы пересекаются.

2.2 Процесс организации самостоятельной работы магистрантов включает в себя следующие этапы:

– подготовительный (определение целей, составление программы, подготовка методического обеспечения, оборудования и другое);

– основной (реализация программы, использование приемов поиска информации; усвоения, переработки, применения, передачи знаний; фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы);

– заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация; оценка эффективности программы и приемов работы, выводы о направлениях оптимизации труда).

2.3 Функциями преподавателя являются:

– разработка плана аудиторной и внеаудиторной СРС по учебной дисциплине по формам, содержанию, объему в соответствии с учебным планом, согласно рабочей программе дисциплины;

– установление и доведение до магистрантов расписания консультаций;

– доведение до магистрантов на первом занятии календарного плана текущих контрольных мероприятий выполнения СРС по видам и срокам;

2.4 Организация самостоятельной работы магистрантов при проведении различных видов учебных занятий включает:

– переработку учебных планов и программ в рамках, существующих ФГОС с целью увеличения доли самостоятельной работы студента. При этом должна учитываться обеспеченность тем и разделов учебной литературой и ее доступность для всех обучающихся;

– оптимизацию методов обучения, внедрение в учебный процесс современных образовательных и информационных технологий, электронных образовательных ресурсов;

– совершенствование системы текущего контроля СРС (использование возможностей балльно-рейтинговой системы, компьютеризированного тестирования и др.);

– совершенствование методики проведения практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности и учебно-исследовательской работы магистрантов.

2.5 Мероприятия, создающие предпосылки и условия для реализации самостоятельной работы, должны предусматривать обеспечение каждого студента:

– рабочим местом при выполнении теоретических (расчетных, графических и т.п.) и практических (лабораторных, учебно-исследовательских и др.) работ;

– информационно-справочными ресурсами (справочники, учебные пособия, банки индивидуальных заданий, обучающие программы, пакеты прикладных программ и т.д.);

– методическими материалами (указания, руководства, практикумы и т.п.);

– контролирующими материалами (тесты и др.);

– материальными ресурсами (ПЭВМ, измерительное и технологическое оборудование и др.);

– консультациями (преподаватели);

– возможностью выбора индивидуальной образовательной траектории (элективные учебные дисциплины, индивидуальные планы подготовки);

– возможностью публичного обсуждения теоретических и/или практических результатов, полученных студентом самостоятельно (конференции, конкурсы).

2.6 Виды и формы самостоятельной работы, сроки их выполнения, а также формы контроля результатов освоения отдельных разделов (модулей, тем) студентами данного направления подготовки/специальности устанавливаются рабочими программами каждой из учебных дисциплин, входящих в соответствующую основную образовательную программу.

2.7 Контроль самостоятельной работы и оценка ее результатов организуется как единство двух форм:

- самоконтроль и самооценка студента;
- контроль и оценка со стороны преподавателей.

Формы контроля преподаватель выбирает самостоятельно.

2.8 Критериями оценки результатов самостоятельной работы студента являются:

– соответствие работы требуемому объему и структуре;

– степень самостоятельности выполнения работы;

– уровень освоения студентом учебного материала;

– логика изложения материала;

– постановка вопросов и степень их раскрытия;

– полнота необходимых расчетов;

– умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач;

– формулировка выводов по итогам работы;

– наличие ссылок на источники информации;

– качество оформления работы.

3. Виды и формы СРС

3.1 В рамках учебного процесса самостоятельная работа разделена по видам на:

- аудиторную;
- внеаудиторную.

3.2 Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям. Аудиторную самостоятельную работу составляют различные виды контрольных, творческих и практических заданий во время практических и лабораторных занятий, лекций.

3.3 Внеаудиторная самостоятельная работа – это деятельность магистрантов по усвоению знаний и умений, протекающая без непосредственного участия преподавателя.

3.4 Рекомендации по организации различных форм самостоятельной работы студента приведены в Приложениях 1 и 2.

4. Виды и формы аудиторной работы

Аудиторная самостоятельная работа может включать различные формы организации самостоятельной работы, среди которых:

Работа на лекции. Составление или слежение за планом чтения лекции, проработка конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой. На лекциях студентам предлагаются вопросы для самостоятельной работы с указанием источников литературы. В ходе лекции возможны так называемые «вкрапления» – выступления, сообщения магистрантов по отдельным вопросам плана. Могут даваться опережающие задания для самостоятельного изучения фрагментов будущих тем занятий, лекций (в статьях, учебниках и др.). Важнейшим средством активизации стремления к самостоятельной деятельности являются активные технологии обучения. В этом плане эффективной формой обучения являются проблемные лекции. Основная задача лектора в этом случае – не столько передать информацию, сколько приобщить слушателей к объективным противоречиям развития научного знания и способам их разрешения. Функция студента – не только переработать информацию, но и активно включиться в открытие неизвестного для себя знания.

Работа на практических и лабораторных занятиях.

Семинар-дискуссия образуется как процесс диалогического общения участников, в ходе которого происходит формирование практического опыта совместного участия в обсуждении и разрешении теоретических и практических проблем. Студент учится выражать свои мысли в докладах и выступлениях, активно отстаивать свою точку зрения, аргументированно возражать, опровергать ошибочную позицию сокурсника. Данная форма работы позволяет повысить уровень интеллектуальной и личностной активности, включенности в процесс учебного познания.

«Мозговой штурм». Группа делится на «генераторы» и «экспертов». Генераторам предлагается ситуация (творческого характера). За определённое время магистранты предлагают различные варианты решения предложенной задачи, фиксируемые на доске. По окончании отведённого времени «в бой» вступают «эксперты». В ходе дискуссии принимаются лучшие предложения и команды меняются ролями. Предоставление студентам на занятии возможности предлагать, дискутировать, обмениваться идеями не только развивает их творческое мышление и повышает степень доверия к преподавателю, но и делает обучение «комфортным».

Деловые игры. Такое занятие удобнее проводить при повторении и обобщении темы. Группа разбивается на команды (2–3). Каждая команда получает задание и затем озвучивает их решение. Проводится обмен задачами.

Круглый стол. Характерной чертой круглого стола является сочетание тематической дискуссии с групповой консультацией. Выбирается ведущий и 5–6 комментаторов по проблемам темы. Выбираются основные направления темы, и преподаватель предлагает студентам вопросы, от решения которых зависит решение всей проблемы. Ведущий продолжает занятие, он даёт слово комментаторам, привлекает к обсуждению всю группу. Коллективное обсуждение приучает к самостоятельности, активности, чувству сопричастности к событиям. При этом происходит закрепление информации, полученной в результате прослушивания лекций и самостоятельной работы с дополнительным материалом, а также выявление проблем и вопросов для обсуждения.

Анализ конкретных ситуаций. Один из наиболее эффективных и распространенных методов организации активной познавательной деятельности магистрантов. Метод анализа конкретных ситуаций развивает способность к анализу жизненных и профессиональных задач. Сталкиваясь с конкретной ситуацией, студент должен определить: есть ли в ней проблема, в чем она состоит, определить своё отношение к ситуации, предложить варианты решения проблемы.

Метод проектов. Для реализации этого метода важно выбрать тему, взятую из реальной жизни, значимую для студента, для решения которой необходимо приложить имеющиеся у него знания и новые знания, которые еще предстоит получить. Выбор темы преподаватель и студент осуществляют совместно, раскрывают перспективы исследования, вырабатывают план действий, определяют источники информации, способы сбора и анализа информации. В процессе исследования преподаватель опосредованно наблюдает, дает рекомендации, консультирует. После завершения и представления проекта студент участвует в оценке своей деятельности.

5. Виды и формы внеаудиторной самостоятельной работы

Можно выделить следующие виды внеаудиторной самостоятельной работы:

Университетский адрес электронной почты. Создание такого адреса технически несложно и незатратно с финансовой точки зрения. После зачисления на 1 курс вместе с выдачей студенческого билета можно создать и закрепить за каждым студентом его университетский адрес электронной почты, который был бы публичен и, соответственно, доступен всем заинтересованным структурам университета. Такой же адрес должен быть и у преподавателя. Также электронный адрес может быть коллективным, закрепленным за студенческой группой. Это создаст условия для более тесной и оперативной коммуникации между студентом и преподавателем, и послужит основой для применения новых образовательных приемов и технологий. Это даст возможность, например, студентам получать задания и материал для их выполнения, сдавать письменные работы, получать оперативные консультации у преподавателя.

Самостоятельная работа в Интернете. Новые информационные технологии (НИТ) могут использоваться для:

- поиска информации в сети – использование web-браузеров, баз данных, пользование информационно-поисковыми и информационно-справочными системами, автоматизированными библиотечными системами, электронными журналами;
- организации диалога в сети – использование электронной почты;

Формами СРС в Интернете являются:

1. Поиск и обработка информации

- написание реферата-обзора
- написание своего варианта плана лекции или ее фрагмента
- составление библиографического списка
- подготовка фрагмента практического занятия
- подготовка доклада по теме

2. Диалог в сети

- обсуждение состоявшейся или предстоящей лекции в списке рассылки группы;
- консультации с преподавателем и другими студентами через портал ЭОС МГОУ и посредством электронной почты.

3. Работа на портале ЭОС МГОУ

- размещение выполненных рефератов и презентаций в личном кабинете на портале ЭОС МГОУ;

Самостоятельная работа, как форма организации обучения, возможна и необходима для получения любого образовательного результата. Однако ее виды для получения разных образовательных результатов будут различными:

– для овладения знаниями: работа со словарями и справочниками; ознакомление с нормативными документами; учебно-исследовательская работа; работа с конспектами лекций; работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, статьи, дополнительной литературы, в том числе с материалами, полученными по сети Интернет); конспектирование текстов; ответы на контрольные вопросы; подготовка тезисов для выступления на семинаре, конференции; подготовка рефератов и т.д.;

– для формирования умений и владений: решение типовых задач и упражнений; решение вариативных задач и упражнений, решение ситуационных (профессиональных) задач; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности; выполнение выпускных квалификационных работ (магистерских диссертаций); экспериментальная работа.

В значительной степени выбор конкретных форм организации самостоятельной деятельности обучающихся зависит от программы подготовки, изучаемой дисциплины, уровня профессионального образования.

Кейс-технологии. Данная технология заключается в том, что студент, ознакомившись с описанием проблемы, самостоятельно анализирует ситуацию, диагностирует проблему, и представляет свои идеи и решения в дискуссии с другими студентами. Это метод обучения, при котором магистранты и преподаватели участвуют в непосредственном обсуждении деловых ситуаций или задач (кейсов). Кейсы составляют основу беседы аудитории под руководством преподавателя.

Конспектирование. Существуют два разных способа конспектирования – непосредственное и опосредованное. Непосредственное конспектирование – это запись в сокращенном виде сути информации по мере ее изложения. При записи лекций или по ходу семинара этот способ оказывается единственно возможным, так как и то, и другое разворачивается у вас на глазах и больше не повторится; вы не имеете возможности ни забежать в конец лекции, ни по несколько раз «переслушивать» ее.

Опосредованное конспектирование начинают лишь после прочтения (желательно, перечитывания) всего текста до конца, после того, как будет понятен общий смысл текста и его внутренние содержательно-логические взаимосвязи. Сам же конспект необходимо вести не в порядке его изложения, а в последовательности этих взаимосвязей: они часто не совпадают, а уяснить суть дела можно только в его логической, а не риторической последовательности. Естественно, логическую последовательность содержания можно понять, лишь дочитав текст до конца и осознав в целом его содержание. При подобном конспектировании придется компенсировать нарушение порядка изложения текста всякого рода пометками, перекрестными ссылками и уточнениями. Но в этом нет ничего плохого, потому что именно перекрестные ссылки наиболее полно фиксируют внутренние взаимосвязи темы.

Опосредованное конспектирование можно применять и на лекции, если перед началом лекции преподаватель будет раздавать студентам схему лекции (табличка, краткий конспект в виде основных понятий, алгоритмы и т. д.).

Реферирование литературы. Реферирование отражает, идентифицирует не содержание соответствующего произведения (документа, издания) вообще, а лишь новое, ценное и полезное содержание (приращение науки, знания).

Аннотирование книг, статей. Это предельно сжатое изложение основного содержания текста. Годится в особенности для поверхностной подготовки к коллоквиумам и семинарам, к которым задано проработать определенную литературу. Подходит и для предварительных библиографических заметок «самому себе». Строится на основе очень краткого конспекта. В отличие от реферата дает представление не о содержании работы, а лишь о её тематике. Аннотация строится по стандартной схеме: предметная рубрика (выходные данные; область знания, к которой относится труд; тема или темы труда); поглавная структура труда (краткое изложение оглавления); подробное, поглавное перечисление основных и дополнительных вопросов и проблем, затронутых в труде.

Аннотация включает: характеристику типа произведения, основной темы (проблемы, объекта), цели работы и ее результаты; указывает, что нового несёт в себе данное произведение в сравнении с другими, родственными ему по тематике и целевому назначению (при переиздании – что отличает данное издание от предыдущего). Иногда приводятся сведения об авторе (страна, период, к которому относится творчество автора, литературный жанр), основные проблемы и темы произведения, место и время действия описываемых событий. В аннотации указывается читательское назначение произведения печати.

Доклад, реферат, контрольная работа.

Доклад – вид самостоятельной работы, используется в учебных и внеклассных занятиях, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает практически мыслить. При написании доклада по заданной теме следует составить план, подобрать основные источники. Работая с источниками, следует систематизировать полученные сведения, сделать выводы и обобщения. К докладу по крупной теме привлекается несколько магистрантов, между которыми распределяются вопросы выступления. В учебных заведениях доклады содержательно практически ничем не отличаются от рефератов и являются зачётной работой.

Реферат – краткое изложение в письменном виде или в форме публичного доклада содержания научного труда или трудов, обзор литературы по теме. Это самостоятельная научно-исследовательская работа студента, в которой раскрывается суть исследуемой проблемы. Изложение материала носит проблемно-тематический характер, показываются различные точки зрения, а также собственные взгляды на проблему. Содержание реферата должно быть логичным. Объём реферата, как правило, от 5 до 15 машинописных страниц. Темы реферата разрабатывает преподаватель, ведущий данную дисциплину. Перед началом работы над рефератом следует наметить план и подобрать литературу. Прежде всего, следует пользоваться литературой, рекомендованной учебной программой, а затем расширить список источников, включая и использование специальных журналов, где имеется новейшая научная информация.

Критерии оценки реферата: соответствие теме; глубина проработки материала; правильность и полнота использования источников; владение терминологией и культурой речи; оформление реферата. По усмотрению преподавателя рефераты могут быть представлены на семинарах в виде выступлений.

Контрольная работа – одна из форм проверки и оценки усвоенных знаний, получения информации о характере познавательной деятельности, уровня самостоятельности и активности магистрантов в учебном процессе, эффективности методов, форм и способов учебной деятельности. Отличительной чертой письменной контрольной работы является большая степень объективности по сравнению с устным опросом. Для письменных контрольных работ важно, чтобы система заданий

предусматривала как выявление знаний по определенной теме (разделу), так и понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей, умение самостоятельно делать выводы и обобщения, творчески использовать знания и умения.

При выполнении таких контрольных работ следует использовать предложенную основную литературу и подбирать дополнительные источники. Темы контрольных работ разрабатывает преподаватель, ведущий данную дисциплину. Ответы на вопросы должны быть конкретны, логичны, соответствовать теме, содержать выводы, обобщения и показывать собственное отношение к проблеме, где это уместно.