Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.04.2026 12:06:29
Уникальный программный ключ:
04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a8788b8322337

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Практикум по психосоматике

Направление подготовки (специальность)

37.05.01 Клиническая психология

Направленность (профиль)

Клинико-психологическая помощь населению

Присваиваемая квалификация (степень)

клинический психолог

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2026

*Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Челябинск 2026 г.

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

_37_05_01 Клиническая психология Очная 2026_plx_Практикум по психосоматике

Фонд оценочных средств дисциплины (модуля) одобрен и рекомендован:

Проректор по учебной работе	утверждено 27.02.26	А.А. Саламатов

Ученым советом института образования и практической психологии

Протокол заседания № 14 от 09.02.2026

Председатель Ученого совета института образования и практической психологии	согласовано	И.А. Трушина

Заседанием института образования и практической психологии

Протокол заседания № 06 от 06.02.2026

Заведующий кафедрой	согласовано	И.А. Трушина
Автор (составитель)		К.В. Коваленко

Структура фондов оценочных средств соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от 27 сентября 2022 №573-1

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
6.1. Перечень видов оценочных средств
6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
7.1. Рекомендуемая литература
7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель - сформировать у студентов систему знаний, умений и навыков работы клинического психолога в психосоматической клинике, позволяющих профессионально участвовать в практической прикладной деятельности.

Задачи:

1. Обеспечить усвоение студентами знаний о психосоматических и соматопсихических соотношениях при различных заболеваниях, о влиянии личности пациента на формирование внутренней картины болезни, о психологических особенностях человека в период переживания им своей болезни в различные возрастные периоды.

2. Обеспечить усвоение студентами знаний об основах психологического синдромного анализа в практике консультирования больных, страдающих соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями.

3. Обеспечить усвоение студентами знания методов и подходов психодиагностики и психологической помощи при соматоформных, психосоматических и хронических соматических заболеваниях.

4. Обеспечить овладение студентами комплексом умений и навыков психодиагностической работы с больными, страдающими соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями, с целью выявления особенностей хода психосоматического развития, оценки его соответствия возрастным нормам и определения типа отклонений.

5. Обеспечить овладение студентами комплексом умений и навыков психоконсультативной, психопрофилактической и психокоррекционной работы с больными, страдающими соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП:	К.М.02.04

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

С целью формирования квалификационных компетенций выпускника изучению данной дисциплины должны предшествовать получение знаний студентами по таким дисциплинам программы как:

Психофизиология

Физиология центральной нервной системы и высшей нервной деятельности

Нейрофизиология

Введение в клиническую психологию

Практикум по нейрофизиологии

Психология здоровья

Общая психология

Психология телесности

Теория личности в клинической психологии

Психологическое консультирование

Проективные методы в клинической психологии

Основы психосоматики

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Изучение данной дисциплины является основой для изучения следующих дисциплин:

Спецпрактикум по супервизии

Клиническая психология в геронтологии и гериатрии

Клиническая психология позднего возраста

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-2: Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла

Знать:

УК-2.1. Определяет этапы жизненного цикла проекта и выстраивает последовательность их реализации.

Уметь:

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

УК-2.2. Формулирует проблему, на решение которой направлен проект, грамотно определяет цель проекта.
Владеть:
УК-2.3. Проектирует решение конкретных задач проекта, выбирая оптимальный способ их решения.
ОПК-2: Способен применять научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения
Знать:
ОПК-2.1. Знает научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения
Уметь:
ОПК-2.2. Умеет подбирать научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения
Владеть:
ОПК-2.3. Подбирает и применяет научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения
ОПК-4: Способен вести протокол и составлять заключение по результатам психологической диагностики и экспертизы, а также представлять обратную связь по запросу заказчика
Знать:
ОПК-4.1. Знает способы ведения протокола и составления заключения по результатам психологической диагностики и экспертизы, представления обратной связи по запросу заказчика
Уметь:
ОПК-4.2. Умеет вести протокол и составлять заключение по результатам психологической диагностики и экспертизы, представлять обратную связь по запросу заказчика
Владеть:
ОПК-4.3. Ведет протокол и составляет заключение по результатам психологической диагностики и экспертизы, представляет обратную связь по запросу заказчика

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
3.1.1	этапы жизненного цикла проекта; этапы разработки и реализации проекта; методы разработки и управления проектами;
3.1.2	используемые в психосоматической клинике научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения;
3.1.3	принципы оформления протокола и структуру заключение по результатам диагностики и экспертизы психосоматических состояний и расстройств.
3.2	**Уметь:**
3.2.1	разрабатывать проект с учетом анализа альтернативных вариантов его реализации, определять целевые этапы, основные направления работ; объяснить цели и сформулировать задачи, связанные с подготовкой и реализацией проекта; управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла;
3.2.2	применять используемые в психосоматической клинике научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения;
3.2.3	вести протокол и составлять заключение по результатам психологической диагностики и экспертизы психосоматических состояний и расстройств, а также представлять обратную связь по запросу заказчика.
3.3	**Владеть:**
3.3.1	разработки и управления проектом; оценки потребности в ресурсах и эффективности проекта;

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

3.3.2	принятой в психосоматической клинике оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения;
3.3.3	оформления протокола и заключения по результатам психологической диагностики и экспертизы психосоматических состояний и расстройств, а также представления обратной связи по запросу заказчика.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость	**4 ЗЕТ**
Часов по учебному плану : 144 в том числе : аудиторные занятия : 84 самостоятельная работа : 20,7 часов на контроль : 36 контактная работа: 87,3 ИКР: 3,3	Виды контроля в семестрах: экзамены 8

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Литература
	Раздел 1. Методологические основы психодиагностического исследования в психосоматической медицине			
1.1	Личность как объект психологического исследования в психосоматической медицине. Понятие и структура клинико-психологического диагноза /Лек/	8	4	Л1.1 Л1.2Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.2	Личность как объект психологического исследования в психосоматической медицине. Понятие и структура клинико-психологического диагноза /Пр/	8	4	Л1.1 Л1.2Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.3	Личность как объект психологического исследования в психосоматической медицине. Понятие и структура клинико-психологического диагноза /Ср/	8	3	Л1.1 Л1.2Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.4	Цели, задачи, принципы и этапы психодиагностического исследования в психосоматической медицине. Структура психологического заключения /Лек/	8	6	Л1.1 Л1.2Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.5	Цели, задачи, принципы и этапы психодиагностического исследования в психосоматической медицине. Структура психологического заключения /Пр/	8	6	Л1.1 Л1.2Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.6	Цели, задачи, принципы и этапы психодиагностического исследования в психосоматической медицине. Структура психологического заключения /Ср/	8	3	Л1.1 Л1.2Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
	Раздел 2. Методы психодиагностики в психосоматической медицине			
2.1	Виды психодиагностических методов и методик, применяемых в соматической клинике. /Лек/	8	4	Л1.1 Л1.2Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
2.2	Виды психодиагностических методов и методик, применяемых в соматической клинике. /Пр/	8	4	Л1.1 Л1.2Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
2.3	Виды психодиагностических методов и методик, применяемых в соматической клинике. /Ср/	8	3	Л1.1 Л1.2Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
2.4	Комплексное психологическое обследование лиц, страдающих соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями. /Лек/	8	8	Л1.1 Л1.2Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
2.5	Комплексное психологическое обследование лиц, страдающих соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями. /Пр/	8	20	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

2.6	Комплексное психологическое обследование лиц, страдающих соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями. /Ср/	8	5	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
	Раздел 3. Принципы и методы психопрофилактики и психокоррекции психосоматических расстройств			
3.1	Основные подходы и техники психокоррекционной, психоконсультативной и психопрофилактической работы с лицами, страдающими соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями, и лицами из группы риска по соматоформным и психосоматическим расстройствам. /Лек/	8	8	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
3.2	Основные подходы и техники психокоррекционной, психоконсультативной и психопрофилактической работы с лицами, страдающими соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями, и лицами из группы риска по соматоформным и психосоматическим расстройствам. /Пр/	8	12	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
3.3	Основные подходы и техники психокоррекционной, психоконсультативной и психопрофилактической работы с лицами, страдающими соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями, и лицами из группы риска по соматоформным и психосоматическим расстройствам. /Ср/	8	3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
3.4	Особенности психопрофилактики, психокоррекции и психотерапии психосоматических расстройств в детском возрасте. /Лек/	8	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
3.5	Особенности психопрофилактики, психокоррекции и психотерапии психосоматических расстройств в детском возрасте. /Пр/	8	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
3.6	Особенности психопрофилактики, психокоррекции и психотерапии психосоматических расстройств в детском возрасте. /Ср/	8	3,7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
3.7	Экзамен /Экзамен/	8	36	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
	Раздел 4. Иная контактная работа			
4.1	Индивидуальные консультации, текущий контроль /ИКР/	8	3,3	

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Перечень видов оценочных средств

Оценочные средства для текущего контроля: тесты, кейс-задачи, практические задания
Оценочные средства для рубежного контроля: кейс-задачи
Оценочные средства на промежуточной аттестации: вопросы к экзамену

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

Примеры заданий к практическим работам:
1. Проведите психодиагностическое обследование одного человека с помощью методики "Торонтская шкала алекситимии" TAS-20. Выполните обработку, анализ и интерпретацию результатов. Сформулируйте психологический диагноз и составьте заключение.
2. Проведите психодиагностическое обследование одного человека с помощью методики "Гиссенский опросник соматических жалоб". Выполните обработку, анализ и интерпретацию результатов. Сформулируйте

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

психологический диагноз и составьте заключение.

Пример тестов.
Выберите один или несколько ответов:
1. Укажите основные психодиагностические задачи в психосоматической практике
а) Диагностика карьерных ориентаций пациента
б) Диагностика психоэмоционального состояния и субъективных жалоб пациента
в) Диагностика организаторских способностей пациента
г) Диагностика преморбидных особенностей личности больного
д) Психологическая диагностика комплаентности больного
е) Диагностика социально-психологического климата в коллективе, где работает пациент
ж) Изучение внутренней картины болезни пациента
2. Какие из перечисленных психодиагностических методик позволяют исследовать отношение пациента к своей болезни
а) "Психовегетативный опросник" М.Е. Сандомирского
б) "ТОБОЛ" Л.И. Вассермана и соавт.
в) "Гиссенский опросник психосоматических жалоб"
г) опросник "SCL-90-R" И. Дерогатис
д) Опросник А.И. Сердюка
е) "Методика незаконченных предложений" Сакса-Сиднея

Пример кейс-задачи
Прочитайте клинический случай и проанализируйте его с точки зрения психосоматической медицины
Анна – одинокая женщина 39 лет. Работает бухгалтером в детском саду. Не замужем. Значительную часть жизни проживала с матерью в условиях гиперопеки. Мать Анны одна воспитывала свою дочь и считала ее единственным смыслом всей своей жизни. Анна и ее мать были практически неразлучны и понимали друг друга без слов, между ними не было никаких секретов. Два года назад мать Анны умерла. После смерти матери Анна практически осталась одна. У нее нет близких друзей и подруг. Кроме работы и дома она практически нигде не бывает. Все свое свободное время Анна проводит за просмотром сериалов и поеданием огромного количества сладостей. Вследствие избыточного потребления сладкого у Анны развились ожирение и сахарный диабет.
1. Составьте схему комплексного психодиагностического обследования данной пациентки с указанием конкретных психодиагностических методов и методик. Обоснуйте свой выбор.
2. Укажите основные мишени психокоррекционного воздействия при работе с данной пациенткой. Обоснуйте свой ответ.

6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Вопросы к экзамену
1. Задачи психологической диагностики в соматической клинике.
2. Методологические принципы клинико-психологического исследования в психосоматической медицине.
3. Этические принципы клинико-психологического исследования в психосоматической клинике.
4. Понятие и структура клинико-психологического диагноза.
5. Основные методы клинико-психологического исследования в психосоматической клинике.
6. Структурные компоненты психологической диагностики.
7. Личность исследователя в клинико-психологическом исследовании.
8. Личность испытуемого в клинико-психологическом исследовании.
9. Идеографический и номотетический подходы к получению и интерпретации психодиагностических данных.
10. Основные этапы клинической психодиагностики.
11. Подготовительный (предэкспериментальный) этап клинико-психологической диагностики, его цель, задачи, методы.
12. Принципы, методы и приемы формирования экологического контекста и задач психодиагностического исследования.
13. Особенности формирования программы инструментального исследования в клинической психологии.
14. Этап проведения экспериментально-психологического исследования, его цель, задачи, методы.
15. Этап анализа и интерпретации результатов психодиагностического исследования.
16. Схема психодиагностического заключения и особенности его подготовки.
17. Особенности организации и проведения клинико-психологического обследования пациентов разных возрастных групп (дети, лица пожилого возраста).
18. Клинико-психологическое интервью и особенности его применения в психосоматической клинике.
19. Метод наблюдения в клинико-психологическом исследовании и особенности его применения в

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

психосоматической клинике.
20. Биографический (анамнестический) метод в клинико-психологическом исследовании и особенности его применения в психосоматической клинике.
21. Метод изучения продуктов деятельности, контент-анализ в клинико-психологическом исследовании и особенности его применения в психосоматической клинике.
22. Экспериментально-психологический метод в клинико-психологическом исследовании и особенности его применения в психосоматической клинике.
23. Количественные и качественные методы психодиагностики, применяемые в психосоматической клинике.
24. Методы и методики психологической диагностики субъективных жалоб пациента.
25. Методы и методики психологической диагностики психоэмоционального состояния пациента.
26. Методы и методики диагностики преморбидной структуры личности пациента и личностных особенностей, потенциально значимых для генеза психосоматических расстройств.
27. Методы и методики исследования внутренней картины болезни, типов реагирования на болезнь, приверженности лечению.
28. Методы и методики психологической диагностики социальных установок и межличностных отношений пациента.
29. Методы и методики психологической диагностики качества жизни пациента.
30. Методы и методики психологической диагностики стресса, стрессоустойчивости, жизнестойкости, социальной фрустрированности и т.п.
31. Методы и методики психологической диагностики защитно-приспособительных механизмов личности, компенсаторных ресурсов пациента.
32. Методы и методики исследования взаимоотношений больного с медицинским персоналом.
33. Методика многофакторного исследования личности (MMPI) и ее русскоязычные адаптации (СМИЛ, ММИЛ, Мини-Мульт). Типичный профиль психосоматического больного.
34. Методика "Шкала оценки психопатологических симптомов SCL-90-R".
35. Личностный опросник Бехтеревского Института (ЛОБИ), "Тип отношения к болезни" (ТОБОЛ).
36. Проективные методы, применение в клинико-психологической диагностике больных психосоматическими расстройствами.
37. Психодиагностика в психокоррекции и психотерапии психосоматических расстройств.
38. Принципы психотерапии психосоматических расстройств.
39. Цели и задачи психокоррекционной и психотерапевтической помощи пациентам с психосоматическими расстройствами.
40. Методы психотерапии, применяемые в психосоматической клинике.
41. Специфика терапии в зависимости от стадии психосоматического расстройства.
42. Трудности психокоррекции и психотерапии при психосоматических расстройствах.
43. Выбор психотерапевтической стратегии в зависимости от модели болезни у пациента.
44. Специфика психокоррекции и психотерапии психосоматических расстройств у детей и подростков.

6.4. Критерии оценивания

Тест
Критерии оценивания компетенций (результатов):
Критерием оценивания теста является относительное количество правильных ответов (% от общего количества вопросов в данном тесте)
Тест оценивается по 5-балльной системе.
Описание шкалы оценивания:
Оценка «отлично» (5 баллов, высокий уровень освоения проверяемых компетенций) ставится в случае, если обучающийся дал 86-100% правильных ответов.
Оценка «хорошо» (4 балла, средний уровень освоения проверяемых компетенций) ставится в случае, если обучающийся дал 70-85% правильных ответов.
Оценка «удовлетворительно» (3 балла, базовый уровень освоения проверяемых компетенций) ставится в случае, если обучающийся дал 51-69% правильных ответов.
Оценка «неудовлетворительно» (2 балла, недостаточный уровень освоения проверяемых компетенций) ставится в случае, если обучающийся дал 0-50% правильных ответов.
3-5 баллов – тест считается выполненным.
2 балла – тест считается не выполненным.

Кейс
Критерии оценивания компетенций (результатов):
Кейс оценивается по следующим критериям:
– Качество проведенного анализа и сделанных выводов (полнота, чёткость, точность, аргументированная

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

обоснованность).
– Владение теоретическим материалом по теме кейса и умение применять теоретические знания на практике (для решения кейсов).
– Логика и структура изложения.
– Владение достаточным для высказывания лексическим запасом, умение грамотно изъясняться на профессиональном языке с использованием точных терминов и названий.
В соответствии с вышеназванными критериями кейс оценивается следующим образом.
Кейс оценивается по 5-балльной системе.
Описание шкалы оценивания:
Оценка «отлично» (5 баллов, высокий уровень освоения проверяемых компетенций) ставится в случае, если:
- обучающийся отвечает на вопросы кейса правильно, полно, четко, аргументировано, практически без ошибок;
- проявляет глубокое понимание теоретического материала по теме кейса, свободно применяет теоретические знания на практике (для решения кейса);
- демонстрирует умения анализировать проблему, логично и структурировано излагать и обосновывать свои суждения;
- владеет достаточным для высказывания лексическим запасом, умеет грамотно изъясняться на профессиональном языке с использованием точных терминов и названий.
Оценка «хорошо» (4 балла, средний уровень освоения проверяемых компетенций) ставится в случае, если:
- обучающийся отвечает на вопросы кейса правильно, грамотное, без существенных ошибок, но ответ либо недостаточно полный либо полный, но с незначительными неточностями;
- хорошо ориентируется в теоретическом материале, осознанное применяет теоретические знания на практике (для решения кейса);
- демонстрирует умения анализировать проблему, излагать и обосновывать свои суждения, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности;
- имеет достаточный для высказывания лексический запас, владеет профессиональной терминологией, но допускает незначительные ошибки.
Оценка «удовлетворительно» (3 балла, базовый уровень освоения проверяемых компетенций) ставится в случае, если:
- обучающийся излагает материал неполно, непоследовательно, допускает некоторые ошибки и неточности;
- знаком с теоретическим материалом, но обнаруживает недостаточно глубокое его понимание, затрудняется применить теоретические знания на практике (для решения кейса);
- демонстрирует поверхностное понимание проблемы без достаточного ее анализа, способен выносить отдельные суждения, но излагает без их доказательного обоснования, содержание и форма ответа имеют ошибки и неточности;
- владеет удовлетворительным для высказывания лексическим запасом, ориентируется в основных понятиях, но плохо оперирует профессиональными терминами и названиями, допускает фактические и языковые ошибки.
Оценка «неудовлетворительно» (0-2 балла, недостаточный уровень освоения проверяемых компетенций) ставится в случае, если:
- обучающийся не отвечает на вопросы кейса или дает неправильные ответы, допускает грубые ошибки и существенные неточности; кейс не решен;
- в ответе проявляет фрагментарность или отсутствие необходимых теоретических знаний и представлений по основной части учебной программы, неспособность применять знания для решения кейса;
- излагает материал с трудом, с грубыми фактическими и языковыми ошибками, либо отказывается от ответов на вопросы;
- не ориентируется в основных профессиональных терминах и понятиях, допускает ошибки в их определении, демонстрирует непонимание или искажение их смысла.

Практическая работа
Каждая выполненная студентом практическая работа оценивается по 5-балльной системе.
Критерии оценивания компетенций (результатов):
Оценка «5» (зачтено) ставится, если: студент присутствует на практическом занятии, предоставляет выполненный своевременно и на должном уровне письменный отчёт о выполнении практической работы; из отчёта следует, что психодиагностическое обследование выполнено в полном объеме, студент строго придерживался инструкции по применению данной методики, полностью соблюдал процедуру исследования, грамотно выполнил обработку полученных данных, количественный и качественный анализ результатов, грамотно интерпретировал результаты исследования и сформулировал выводы, поставил адекватный психологический диагноз, составил практические рекомендации по результатам проведенного психодиагностического обследования; отчёт о проделанной работе свободен от логических, гностических и грамматических ошибок; в процессе защиты студент оперирует специальными терминами, демонстрирует свободное владение материалом и увязывание теории с практикой, отвечает на дополнительные вопросы.
Оценка «4» (зачтено) ставится, если: студент присутствует на практическом занятии, предоставляет выполненный на

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

должном уровне письменный отчёт о выполнении практической работы; из отчёта следует, что психодиагностическое обследование выполнено в полном объеме, студент придерживался инструкции по применению данной методики, соблюдал процедуру исследования, грамотно выполнил обработку полученных данных, количественный и качественный анализ результатов, грамотно интерпретировал результаты исследования и сформулировал выводы, поставил адекватный психологический диагноз; отчёт о проделанной работе содержит незначительное количество грамматических ошибок, но свободен от существенных логических и гностических ошибок; в процессе защиты студент оперирует специальными терминами, демонстрирует владение материалом, но допускает незначительные неточности при вынесении собственных умозаключений и испытывает затруднения при ответах на дополнительные вопросы.
Оценка «3» (зачтено) ставится, если: студент предоставляет письменный отчёт о выполнении практической работы; из отчёта следует, что психодиагностическое обследование выполнено в полном объеме, студент придерживался инструкции по применению данной методики, соблюдал процедуру исследования, выполнил обработку полученных данных, количественный и качественный анализ результатов, интерпретировал результаты исследования, сформулировал выводы и поставил психологический диагноз, однако выводы и диагноз содержат неточности и/или отличаются значительной неполнотой; отчёт о проделанной работе содержит грамматические ошибки, но свободен от гностических ошибок; в процессе защиты студент неуверенно оперирует специальными терминами, демонстрирует недостаточное владение материалом, допускает неточности при вынесении собственных умозаключений и испытывает затруднения при ответах на дополнительные вопросы.
Оценка «2» (не зачтено) ставится, если: психодиагностическое обследование выполнено в полном объеме с соблюдением установленной процедуры исследования и в соответствии с инструкцией по применению данной методики, в письменном отчёте описана процедура исследования, проведен количественный и качественный анализ результатов, однако сделанные выводы и/или поставленный психологический диагноз отличаются неточностью и/или неполнотой; отчёт о проделанной работе содержит грамматические, логические и гностические ошибки; в процессе защиты студент испытывает затруднения при пояснении результатов психодиагностики и интерпретации шкал, а также трудности при ответах на дополнительные вопросы.
Оценка «1» (не зачтено) ставится, если: психодиагностическое обследование выполнено со значительными нарушениями установленной процедуры исследования и инструкции по применению данной методики; либо если в письменном отчёте отсутствует количественный и качественный анализ результатов, выводы являются необоснованными и/или ошибочными, в процессе защиты студент испытывает затруднения при пояснении результатов психодиагностики и интерпретации шкал, а также при ответах на дополнительные вопросы.
Оценка «0» (не зачтено) ставится, если психодиагностическое обследование не выполнено.

Экзамен
Критерии оценивания компетенций (результатов):
Ответ оценивается по следующим критериям:
– правильность, полнота и логичность построения ответа;
– умение оперировать специальными терминами;
– использование в ответе дополнительного материала;
– умение иллюстрировать теоретические положения практическим материалом;
– систематичность посещения лекций;
– систематичность посещения практических занятий.
В соответствии с вышеназванными критериями устный ответ обучающегося на экзамене оценивается следующим образом.
Критерии оценки устного ответа на экзамене.
Оценка «отлично» ставится в случае, если ответ обучающийся отвечает следующим требованиям:
– полнота ответа;
– умение вычленить место тематики ответа в системе изучения курса в целом;
– четкость и логичность изложения;
– правильные ответы на дополнительные вопросы.
Оценка «хорошо» ставится в случае, если ответ обучающегося характеризуется следующими признаками:
– полнота ответа;
– умение вычленить место тематики ответа в системе изучения курса в целом;
– некоторая нечеткость ответа;
– некоторая нелогичность изложения;
– правильные ответы на дополнительные вопросы.
Оценка «удовлетворительно» ставится в случае, если ответ обучающегося характеризуется следующими признаками:
– ответ неполный;
– изложение ответа не совсем четкое и логичное;
– обучающийся затрудняется в ответах на дополнительные вопросы.

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Оценка «неудовлетворительно» ставится в случае, если ответ обучающегося характеризуется следующими признаками:
– ответ неполный;
– обучающийся не умеет вычленить место тематики ответа в системе изучения курса в целом;
– изложение ответа нечеткое и нелогичное;
– обучающийся затрудняется в ответах на дополнительные и наводящие вопросы.

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

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л1.1	Старшенбаум Г. В.	Психосоматика и психотерапия: исцеление души и тела: практическое пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=65014)	Москва : Издательство института психотерапии, 2005	ЭБС
Л1.2	Вассерман Л. И., Щелкова О. Ю.	Медицинская психодиагностика: теория, практика и обучение	Москва : Академия, 2004	

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л2.1	Бескова И. А., Князева Е. Н., Бескова Д. А.	Природа и образы телесности: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=105243)	Москва : Прогресс-Традиция, 2011	ЭБС
Л2.2	Труфанова О. К.	Основы психосоматической психологии: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241075)	Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2008	ЭБС
Л2.3	Менделевич В. Д., Макаричева Э. В., Пыркова К. В.	Психический инфантилизм при невротических и соматоформных расстройствах: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258028)	Казань : Познание (Институт ЭУП), 2009	ЭБС
Л2.4	Орлова Е. А., Колесник Н. Т., Ефремова Г. И.	Клиническая психология: учебник для бакалавров	Москва: Юрайт, 2013	
Л2.5	Зверева Н. В., Горячева Т. Г.	Клиническая психология детей и подростков: учебник для вузов	Москва: Академия, 2013	
Л2.6	Сергеева Л. С.	Телесно-ориентированная психотерапия: классические и современные направления : хрестоматия	Санкт-Петербург: [б. и.], 2000	
Л2.7	Поздняков Владимир Николаевич	Новая телесная терапия для детей и родителей	Москва : [б. и.], 1997	
Л2.8	Кулаков С. А.	Основы психосоматики	Санкт- Петербург : Речь, 2003	
Л2.9	Аммон Г.	Психосоматическая терапия: [Перевод с немецкого]	Санкт- Петербург : Речь, 2000	
Л2.10	Тхостов А. Ш.	Психология телесности: учебное пособие по специальностям "Психология", "Клиническая психология"	Москва : Смысл, 2002	

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Э1	Лань [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Лань. – URL: http://e.lanbook.com/.
Э2	Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО Директмедиа Паблишинг. – URL: http://biblioclub.ru/.
Э3	Юрайт [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Юрайт. – URL: https://biblio-online.ru.
Э4	Znanium.com [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / Научно-издательский центр ИНФРА-М. – URL: http://znanium.com/.
Э5	BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство КноРус. – URL: https://www.book.ru/.

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

Adobe Reader

LMS Moodle

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. Электронный каталог научной библиотеки ЧелГУ [Электронный ресурс] : база данных / Челяб. гос. ун-т. – Челябинск, 1992 .

2. Информационный портал "Медицинская психология" http://www.medpsy.ru/

3. Официальный сайт профессиональной корпорации психологов России "Российское психологическое общество" http://рпо.рф

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для реализации дисциплины используются учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения (мультимедийным оборудованием).

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно- наглядных пособий (в форме мультимедийных презентаций и видеороликов): "Личность как объект психологического исследования в психосоматической медицине. Понятие и структура клинико-психологического диагноза", "Цели, задачи, принципы и этапы психодиагностического исследования в психосоматической медицине. Структура психологического заключения", "Виды психодиагностических методов и методик, применяемых в соматической клинике", "Комплексное психологическое обследование лиц, страдающих соматоформными, психосоматическими и хроническими соматическими заболеваниями", "Принципы и методы психопрофилактики и психокоррекции психосоматических расстройств".

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

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

Комплексное изучение данной учебной дисциплины предполагает овладение материалами лекций, пособий, программы, творческую работу студентов в ходе проведения семинарских и лабораторных занятий и систематическое выполнение заданий для самостоятельной работы.

В ходе лекций раскрываются основные вопросы в рамках рассматриваемых тем. Материалы лекций являются основой для подготовки студентов к семинарским занятиям. В процессе прослушивания и ведения лекционных записей особое внимание следует уделить знаниям, позволяющим приобрести умения и выработать навыки самостоятельной работы с учебной и научной литературой, подготовки к семинарам, зачётам и экзаменам. Лекционный материал является важным, но не единственным для усвоения учебной дисциплины. Его обязательно необходимо дополнить материалом основной и дополнительной литературы по теме.

Основной целью семинарских занятий является контроль за степенью усвоения пройденного материала, ходом выполнения студентами самостоятельной работы и рассмотрение наиболее сложных и спорных вопросов в рамках темы семинарского и практического занятия. Подготовка к семинарским занятиям требует усвоения каждым студентов всех вопросов, выносимых на обсуждение. Подготовка к любому семинарскому занятию включает в себя ряд этапов. Ознакомившись с рекомендованной литературой и заданиями, студент начинает свою работу по

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

подготовке к семинару:
1) планирование работы: определяется объём литературы, методика подготовки к семинару, сроки выполнения;
2) чтение литературы: начинается с основных источников (учебник, лекция) и заканчивается работой над дополнительной литературой;
3) выписки: делаются по каждому пункту плана, отрабатываются записи лекций;
4) составляются планы ответов, готовятся цитаты, тезисы.
План помогает организовать свою работу над темой, делает ответы целенаправленными, логичными, последовательными, доказательными.
После изучения литературы и составления конспекта необходимо составить план устного ответа и продумать содержание выступления, примеры. Особое внимание следует уделять работе над содержанием понятий. Важно понимать логику автора понятия, искать расшифровку незнакомых терминов. По вопросам, которые вызывают трудности при изучении, можно получить индивидуальную консультацию у преподавателя.
Некоторые советы по выступлению (при ответе) на семинаре:
- если вы недостаточно хорошо владеете языком устного изложения, составляйте подробный план материала, который будет излагаться;
- старайтесь отвечать, придерживаясь пунктов плана;
- старайтесь чаще излагать свои мысли (связанные с учебным процессом) окружающим в неучебной обстановке – дома, в общежитии;
- говорите четко, внятно, не употребляйте слова-паразиты, нелегитимные слова. Не забывайте, что одновременно вы работаете над своим вербальным имиджем;
- преодолевайте боязнь выступления. Смелее вступайте в полемику, не переживайте, если вам не удалось в ней одержать верх.
Другим направлением учебной деятельности студентов является самостоятельная работа. Самостоятельная работа выступает как одна из основных форм обучения, направленная на глубокое освоение психологических знаний в соответствии с индивидуальным стилем мышления, способами познания, опытом.
Самостоятельную работу студента можно разделить на два вида: аудиторная и внеаудиторная. Каждой из них присуща своя специфика.
Аудиторная самостоятельная работа более эффективна, если студент ведет конспект лекций. Опорный конспект составляется из основных теоретических положений, фактов и т.п. Более эффективной будет запись в форме собственных слов идей, высказываемых лектором на занятии. Для пояснения теоретических положений желательно записывать примеры, приводимые лектором, что позволяет значительно быстрее вспомнить суть или идеи лекции в дальнейшем.
При оформлении конспекта необходимо соблюдать ряд правил:
- Новую идею, мысль начинать с нового абзаца.
- Главные положения, определения, важные даты и фамилии выделять в тексте другим цветом, подчеркиванием и т.п., чтобы при последующем чтении конспекта легко видеть ключевые пункты, необходимые для запоминания и иметь возможность быстро понять суть лекции;
- При прослушивании лекции следует постоянно мысленно соотносить полученную научную информацию с реальным поведением людей, собственными мыслями, чувствами, переживаниями, критически их анализируя и оценивая с новых, уже не житейских, а научных позиций, фиксируя комментарии на полях конспекта.
- Оставлять поля для собственных комментариев и заметок по ходу изложения материала лектором;
- Использование собственных сокращений для более быстрой и полной фиксации идей, выдвигаемых лектором;
- Составлять по ходу занятия обобщающие схемы и таблицы, при этом сами таблицы должны быть достаточно большими для удобства восприятия и запоминания. Помните, что графическая наглядность значительно повышает запоминание материала.
Внеаудиторная работа. Для овладения умением самостоятельно учиться можно воспользоваться некоторыми методами и приемами работы. Для удобства рассмотрения этих методов условно разложим систему самостоятельной работы на составляющие ее структурные элементы:
- чтение конспекта лекций;
- чтение, комментирование и конспектирование учебной и научной литературы;
- выполнение контрольной работы;
- подготовка к экзаменам (зачетам).
Чтение конспекта лекций имеет несколько целей:
1. вспомнить, о чем говорилось на лекциях;
2. дополнить конспект мыслями и примерами их жизни, подкрепляющими и углубляющими понимание услышанного в лекциях;
3. прочитать по учебнику то, что в краткой лекции подробно не могло быть раскрыто, но в то же время подчеркивались какие-то особенности и нюансы, на которые студенту надо будет обратить особое внимание при чтении литературы. В последнем случае конспект служит своеобразным путеводителем, ориентирующим в дальнейшей работе: что и где прочитать, чтобы подробнее разобраться в вопросах, которые на лекции только

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

намечены, но не раскрыты.
Работа с текстами. Для того, чтобы самостоятельная учеба не превращалась в беспорядочное чтение, не приобретала эпизодический характер (студент полгода отдыхает, а перед сессией штурмует учебники) следует организовать комплексный подход к самостоятельной работе. Для эффективной организации самостоятельной работы и успешного освоения дисциплины студенту необходимо научиться навыкам самостоятельной работы с учебной и научной литературой.
К учебной литературе относятся произведения печати, создаваемые как средство обучения для определенной системы образования или переподготовки кадров, для конкретного учебного заведения или для самообразования. Учебную литературу группируют по видам изданий:
- программно-методические – программы (рабочие, стабильные), методические указания к программам, методические письма и руководства;
- обучающие – учебники, учебные пособия (текстовые), лекции, конспекты лекций, сборники лекций;
- вспомогательные – хрестоматии, практикумы, сборники практических заданий, упражнений и задач, планы практических и семинарских занятий, атласы, рабочие тетради, лабораторные журналы; издания для чтения на иностранных языках, содержащие методический аппарат.
Основной вид учебной литературы – учебник. В работе с учебником, чтобы избежать бездумного заучивания, текст рекомендуется конспектировать, заметив на полях своей тетради, что именно осталось до конца не понятым. Такая запись необходима для более глубокого осмысления материала. При этом остается фиксированной мысль о том, что нужно обязательно найти ответ на непонятый вопрос. При знакомстве с новыми научными понятиями нужно составить словарь терминов и понятий, что будет способствовать более глубокому пониманию темы, и искать соответствующие им факты в психике реальных людей, чтобы понять, что они означают в жизни.
Глубокое усвоение положений учебника возможно только при дополнительном изучении первоисточников – трудов ученых-психологов, исследующих проблемы психологии, то есть научной литературы. Научная литература – это совокупность письменных трудов, которые созданы в результате исследований, теоретических обобщений, сделанных в рамках научного метода. Научная литература предназначена для информирования учёных и специалистов о последних достижениях науки, а также для закрепления приоритета на научные открытия. Методика изучения научной литературы должна проходить по принципу: «идея, теория в одной, в другой, в третьей и т.д. книгах». Это значит, что научная идея, изложенная в одной книге может быть развита, уточнена, конкретизирована в другой, в третьей – подвергнута аргументированной критике, в четвертой вновь подтверждена более доказательно и т.д.
Главное правило состоит в том, что при чтении учебной и научной литературы нужно опираться на информацию, полученную на лекциях. При этом прочитанное в одном источнике нужно сопоставлять с информацией из других источников, дополняя и уточняя полученные знания, которые, в свою очередь, сверяются с жизненными фактами – реальными психическими явлениями, наблюдаемыми у людей, в том числе у себя. Таким образом, от лекции – к литературе, а от нее – к практике. Знание научной литературы лишь тогда можно считать усвоенным, когда студент не просто понял и запомнил, но и научился использовать полученное знание для практических аналитических действий по изучению психологии реальных людей.
Изучение литературы должно быть взаимосвязано не только с изучением лекционного материала, чтением учебника, но и последующими работами студента (написанием контрольной или курсовой работы, подготовкой к экзаменам). Заранее выданные преподавателем наводящие вопросы, на основе которых составляются билеты к зачету, позволяют постепенно осваивать знания по широкому спектру тем.
Важным качеством, необходимым студенту для эффективной самостоятельной работы, является читательская культура. Искусство чтения предполагает способность гибкого чтения в зависимости от его цели, задач и характера текста. Чтение следует организовать таким образом, чтобы, отсеивая лишнее, выбирать лишь существенно новое научное знание.
В зависимости от цели и задач, которые мы ставим перед собой, выбирается тот или иной способ чтения.
Ознакомительное (беглое) чтение позволяет получить о книге или статье первое общее представление.
Быстрое чтение – сплошное чтение текста, обеспечивающее полное и качественное усвоение прочитанного и выполняемое нетрадиционными методами. Оно представляет активный сознательный процесс, в ходе которого анализируются факты, суждения, происходит синтез отдельных понятий, в результате чего закладывается фундамент нового знания.
Углублённое чтение. При таком чтении обращают внимание на детали, производится их анализ и оценка. Иногда такой вид чтения называют аналитическим, критическим, творческим. Этот способ считается лучшим при изучении учебных дисциплин, его используют при знакомстве с материалом новой темы, таблицами. Чтение учебника – это углублённое чтение. Оно требует повышенного внимания и усвоения прочитанного. При углубленном чтении какого- либо раздела учебника, статьи рекомендуется сначала прочитать его целиком, стараясь уловить логику и основную мысль автора. а затем прочитать повторно, акцентируя внимание на основных, ключевых вопросах темы. Затем составляется конспект по выделенным ключевым идеям. На полях конспекта оставляются собственные комментарии и заметки. Поэтому в данном случае важно делать записи.
Панорамное быстрое чтение. Используют специальные тренировочные упражнения, благодаря которым можно

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

добиться существенного увеличения угла (поля) зрения. Возникает эффект панорамного видения текста (эффект фузионной дивергенции, т.е. разведение зрительных осей глаз). За счет этого повышается скорость чтения и качество усвоения прочитанного.

Выборочное чтение. Разновидность быстрого чтения, при котором избирательно читаются отдельные разделы текста: внимание фиксируется только на аспектах текста, которые необходимы. Этот метод очень часто используется при вторичном чтении книги после ее предварительного просмотра. В этом случае страницы книги листаются до тех пор, пока не отыщется нужный раздел. Его читают углубленно.

Чтение-просмотр-сканирование используется для предварительного ознакомления с книгой. С помощью этого метода определяют ценность книги: «пробегают» предисловие, по оглавлению выискивают наиболее важные положения, просматривают заключение, составляется «диагноз» книги. Сканирование – быстрый просмотр с целью поиска фамилии, слова, факта. Тренируя зрительный аппарат, и особенно периферийное зрение, можно при взгляде на страницу текста мгновенно увидеть нужные сведения.

Для успешного и производительного чтения необходимо отчетливое чтение, что предполагает:

- научиться сосредотачивать и удерживать внимание на читаемом;
- не допускать при чтении посторонних мыслей;
- держать рядом лист бумаги (конспект), куда заносить возникающие мысли о прочитанном;
- проводить доказательства и рассуждения по ходу чтения темы, если они имеются;
- не оставлять неясных мест при чтении, стараться охватить мысль автора ясно и четко.

В случае недостаточной подготовки, оставить место неясным и читать дальше, обязательно вернувшись к неясному месту по мере возможности.

Работа с литературой предполагает ведение записей прочитанного материала. Видами таких записей являются план, выписки, цитаты, тезисы и конспект. Если цель чтения – ознакомиться с содержанием – достаточно ограничиться выписками или планом. Если необходима проработка книги – желательно вести тезисы или конспект.

План – наиболее сокращенный вариант записи прочитанного. Он может быть простым (кратким) и развернутым. В него входит перечень вопросов, рассматриваемых в изучаемом материале. План раскрывает логику автора, способствует лучшей ориентации в содержании произведения. Планы, составленные ранее, могут использоваться как репродуктивный метод для воспроизведения прошлого знания. Форма плана не исключает цитирования отдельных мест, обобщений (особенно касающихся последних фактов или событий). В отличие от простого, развернутый план может включать основные идеи произведения, выдержки из него. Таким планом удобно пользоваться при подготовке теста собственного выступления, доклада, статьи

Выписки – отдельные мысли, факты, выраженные дословно или своими словами. Достоинство выписки заключается в точности, достоверности авторского текста, удобстве пользоваться записями при последующей работе, накоплении и обобщении фактического материала. Они, выделяя из текста самое главное, существенное, помогают его глубже понять, помогают создать задел на будущее. Такой задел необходим для быстрой мыслительной мобилизации, концентрации знаний, их быстрого и точного воспроизведения. Выписки хотя и отнимают время, но в целом экономят временной потенциал обучающегося. Выписки можно делать по ходу чтения или после завершения ознакомления с текстом.

Цитаты – это выписки, приводимые дословно. Основные правила цитирования: цитировать следует по возможности законченными частями текста (цельными предложениями, цельными небольшими абзацами); каждую цитату заключать в кавычки. Если цитату выписывают из середины предложения, то после вводных кавычек ставят три точки. После каждой цитаты следует указывать ее источник.

Тезисы – основные мысли, положения с кратким их содержанием.

Конспект основные мысли и положения с кратким их содержанием и кратким обоснованием (доказательством). При всех видах записи желательна запись своими словами (развивает письменную речь, углубляет мышление, способствует полному усвоению материала).

При работе одновременно над несколькими источниками на одну тему (вопрос) рекомендуется:

- выбрать основную книгу для проработки и составить план её изучения.
- проработать остальные источники и дополнить основной план вопросами из дополнительных источников с указанием страниц.
- приступить к проработке темы. Конспектируя лишь после проработки всех источников по данному вопросу.

Техника конспектирования:

1.параграф или статья разбиваются на части, составляется план.
2. каждая часть сжато передается своими словами в письменном виде.
3. части конспекта связываются между собой логически.
4.Иллюстративный материал увязывается с текстом конспекта.

Подготовка к зачету:

Прежде всего, организуйте свое рабочее место с позиции того, помогает оно или мешает усвоению материала.

Ниже представляется список возможных мешающих факторов. Посмотрите его и подчеркните то, что относится к вам.

Внешние мешающие факторы: шум; музыка; происходящие перед вашими окнами события; непрошенные и частые гости; разговоры окружающих; звонки.

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

- Письменный стол: слишком мал для удобного размещения нужного для зачета материала; загроможден лишними вещами, не имеющими отношения к зачету; слишком близко лежат журналы, газеты и т.п.; находится лишь нужный материал; собственного письменного стола нет.
- Рабочий материал: имеется не полностью, нужно о нем позаботиться; чтобы достать, нужно прерывать работу; все под руками.
- Стул: слишком низкий или высокий; удобный для работы.
- Освещение: слабое; слишком сильное; достаточное и приятное.
- Отопление: слишком холодно; слишком тепло; приятное.
- Лучшее рабочее время: по утрам; после обеда; по вечерам; ночью.

Если Вы в конкретных пунктах установили, что Ваши условия работы не являются оптимальными, то позаботьтесь, чтобы Вам в этом помогли.

Долгосрочное планирование и деление учебного материала

Приемы эффективной подготовки:

1. Поделите материал на маленькие порции и распределите их на все имеющиеся в вашем распоряжении недели до зачета, оставив по меньшей мере 2 недели в запасе для повторения всего материала и на то время, когда у вас проходит сессия и вы не сможете придерживаться вашего плана.
2. Составьте точный временной план, какое количество материала и в какую неделю вы хотели бы освоить. Правильно составленный план экономит много времени, избавляет от нервного напряжения. Еще больший эффект может быть, если вы будете отмечать проделанную работу по календарю, и после проработки каждого раздела будете делать пометки.
3. Если вы имеете возможность готовиться в группе со своим «товарищем по несчастью», реализуйте ее. Вы получите обратную связь о состоянии ваших знаний и имеете возможность объективнее себя оценить.

Краткосрочное планирование и деление учебного материала:

1. Вы поделили материал на удобные порции и распределили на все время подготовки к зачету. Вы знаете, таким образом, сколько страниц, глав или тем в неделю вы осваиваете.
2. Составьте план работы на каждый день для того, чтобы распределить время между работой и отдыхом.
3. При планировании на каждый день речь идет о том, чтобы вы ежедневно намечали, что хотите освоить на следующий день, т.е. зафиксировать на бумаге какую главу, сколько страниц вы хотите выучить.
4. Планируйте между отдельными периодами подготовки к экзамену каждый день маленькие перерывы.

Оптимальные техники работы:

1. Вы запоминаете лучше, если изучаете что-то чаще, но в меньших дозах. Лучше ли каждый день учиться 30 мин., чем в день подряд 8 часов? Да! Лучше время для изучения материала поделить на разумные временные отрезки и каждый день осваивать его малыми порциями, чем пытаться в короткий промежуток времени впихнуть весь материал. Таким способом учебный материал запоминается не только быстрее, но и надолго.
2. Вы запоминаете лучше то, что вы понимаете. Не учите ничего механически на память. Попытайтесь изучаемое понять, найти собственные формулировки и обобщения.
3. Вы учитесь успешней, если не позже, чем через день повторяете материал и затем с удвоенными интервалами повторяете так долго, пока не сможете достаточно удовлетворительно воспроизвести его.
4. Наиболее эффективно повторение заучиваемого материала вслух, при этом используйте осознание смысла того или иного положения и излагайте своими словами. Вместо многократных прочтений лучше громко повторить, пытаясь без подглядывания в текст вспомнить то, что запомнилось.
5. Вы запоминаете что-то лучше, если повторяете это как нечто целое, чем когда раскладываете на части и каждую часть усваиваете отдельно. Абзац легче усвоить, когда вы его усваиваете как нечто целое, чем когда повторяете строчка за строчкой.
6. Позитивная установка стимулирует запоминание. Вы можете усилить веру в свою память, если будете постоянно говорить: «с каждым днем я вспоминаю все лучше и лучше».
7. Высокая мотивация обучения оказывает большое влияние на память. Если вы интересуетесь тем, что изучаете, то запоминаете это лучше.
8. Вы усваиваете быстрее и долго сохраняете материал, если регулярно делаете маленькие перерывы. Наиболее благоприятно делать каждые 30 минут короткий перерыв на 2-3 минуты, во время которого можно физически себя встряхнуть. После приблизительно 1 часа занятий нужно сделать паузу около 5 минут, во время которой можно что- либо попить или поесть. Если работа продолжается долгие часы, то после двух часов работы следует делать паузы от 20-30 мин, во время которых можно заняться чем-либо другим более основательно. После рабочей фазы длительностью 4 часа необходимо более длительное отключение от занятий.
9. Для продуктивного усвоения материала необходимо знать тип своей памяти и пользоваться в основном им или, по возможности, сразу двумя видами памяти: зрительная, слуховая, моторная (двигательная), смешанная.

Чтение для самообразования может проходить по следующей схеме.

1. Подбор литературы по вопросу или теме.
2. Общее ознакомление с литературой (по оглавлению или предисловию) и составление плана изучения.
3. Выбор важнейшей и лучшей из книг, как основной. При этом необходимо иметь подготовку соответствующую

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

читаемой книге.
4. Просмотреть (пробежать) книгу в целом.
5. Приступить к проработке по главам, темам с ведением конспекта (при изучении узкого вопроса и имеющейся общей подготовке, желательно читать параллельно 2 книги на одну тему).
6. При наличии в конце главы, темы вопросника проверить себя. При отсутствии вопросника, после прочтения главы, найти и четко сформулировать главную мысль главы. Сжать и ясно дать ответ.
7. По прочтении сделать письменный общий анализ книги, (перед анализом можно просмотреть конспект).
8. Анализ сравнить с книгой (конспектом) и откорректировать
Подготовка к экзамену должна состоять в проработке экзаменационных вопросов.
В случае применения при обучении дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий общение обучающихся и преподавателя осуществляется в режиме отложенного времени (система дистанционного обучения Moodle, форумы).
Большую часть времени обучающиеся самостоятельно работают с учебно-методическими материалами. Студенты имеют возможность консультироваться с преподавателем по всем вопросам, возникающим в ходе самостоятельной работы посредством электронной почты и социальной сети "ВКонтакте".
Доступ обучающегося к учебным ресурсам в режиме отложенного времени, самостоятельной работы осуществляется через сеть Интернет в удобном для него месте, времени и темпе.

10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося (мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения и с нарушением слуха, ассистивные информационные технологии).
При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации, речевые синтезаторы, экранные лупы).
В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.
Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ с помощью специальных технических и программных средств к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах.
Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и особенностям восприятия информации.
Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий.
При проведении промежуточной аттестации по дисциплине обучающимся с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается по их заявлению предоставление в доступной форме в зависимости от их индивидуальных особенностей инструкции о порядке проведения промежуточной аттестации, оценочных средств и возможности ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).
При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование предоставленных ЧелГУ или собственных технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

© ФГБОУ ВО «ЧелГУ»