



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

**Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
Республики Крым
«Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова»
(ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова)**

Кафедра психологии

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП

_____ С.И. Бабатина

02 апреля 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

_____ Л.В. Жихарева

02 апреля 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.ДВ.02.02 «Психология организации времени»**

направление подготовки 37.04.01 Психология
магистерская программа «Психология кризисного консультирования»

факультет психологии и педагогического образования

Симферополь, 2026

Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.02.02 «Психология организации времени» для магистров направления подготовки 37.04.01 Психология. Магистерская программа «Психология кризисного консультирования» составлена на основании ФГОС ВО, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29.07.2020 № 841.

Составители

рабочей программы

С.И. Бабатина

подпись

Л.В. Жихарева

подпись

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии от 25 марта 2026 г., протокол № 13

Заведующий кафедрой

Л.В. Жихарева

подпись

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании УМК факультета психологии и педагогического образования от 02 апреля 2026 г., протокол № 7

Председатель УМК

Л.И. Аббасова

подпись

1. Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.02.02 «Психология организации времени» для магистратуры направления подготовки 37.04.01 Психология, магистерская программа «Психология кризисного консультирования».

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

2.1. Цель и задачи изучения дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля):

– Формирование у обучающихся компетенций в области психологической организации времени личности, развитие навыков саморегуляции, планирования и восстановления структуры жизнедеятельности в условиях неопределенности, стресса и кризисных ситуаций.

Учебные задачи дисциплины (модуля):

- Сформировать представление о времени как психологическом ресурсе личности.
- Изучить механизмы саморегуляции и организации времени деятельности.
- Освоить методы планирования и структурирования времени с учетом индивидуальных особенностей личности.
- Проанализировать нарушения организации времени в условиях стресса и кризиса.
- Сформировать навыки восстановления жизненной структуры через организацию времени.
- Развить умение работать с неопределенностью и нестабильностью при планировании деятельности.
- Освоить методы формирования устойчивости личности через управление временем.

2.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины Б1.В.ДВ.02.02 «Психология организации времени» направлен на формирование следующих компетенций:

ПК-1 - Способен выявлять, анализировать и интерпретировать психоэмоциональные и поведенческие реакции лиц, находящихся в острых и хронических стрессовых ситуациях, с использованием научно-обоснованных методов психодиагностики и анализа

ПК-4 - Способен разрабатывать и реализовывать программы психологической коррекции, поддержки и развития личности, направленные на восстановление внутреннего равновесия, профилактику повторных кризисов и повышение адаптационного потенциала

ПК-5 - Способен соблюдать профессиональную этику, осуществлять супервизорскую обеспечивая развитие эмоциональной устойчивости, профессионального саморегулирования и наставничества специалистов, работающих в сфере кризисной помощи

В результате изучения дисциплины магистрант должен:

Знать:

- закономерности функционирования личности в системе психологического времени, особенности формирования временной перспективы и её нарушения в условиях кризиса.
- принципы и механизмы психологической регуляции времени, особенности организации жизнедеятельности личности и её временной структуры.

– психологические механизмы устойчивости личности, роль временной перспективы и организации времени в адаптации к жизненным трудностям.

Уметь:

– анализировать структуру психологического времени личности, выявлять деформации временной перспективы и их влияние на поведение и состояние человека.

– проектировать стратегии организации времени и восстановления жизненной активности личности в условиях стресса и кризиса.

– оценивать ресурсы личности и выстраивать стратегии их актуализации через работу с временем и жизненной перспективой.

Владеть:

– методами психологической диагностики и анализа временной организации личности в условиях неопределенности и жизненных кризисов.

– методами психологического сопровождения личности в процессе восстановления временной структуры жизни и саморегуляции.

– технологиями психологической помощи, направленными на восстановление целостности жизненного пути и устойчивости личности.

3. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.02 «Психология организации времени» относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана.

4. Объем дисциплины (модуля)

(в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся)

Семестр	Общее кол-во часов	кол-во зач. единиц	Контактные часы						СР	Контроль (время на контроль)
			Всего	лек	лаб.зан.	практ.зан.	сем.зан.	КСР		
2	108	3	52	14		28		10	29	Экз (27 ч.)
Итого по ОФО	108	3	52	14		28		10	29	27
2	108	3	34	14		16		4	47	Экз (27 ч.)
Итого по ОЗФО	108	3	34	14		16		4	47	27

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

Наименование тем (разделов, модулей)	Количество часов очная форма						Количество часов заочная форма						Форма текущего контроля		
	Всего	л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР	Всего	л	лаб	пр	сем		ИЗ	СР
Раздел 1.															
Время как психологический ресурс и условие жизнедеятельности личности	12	2		4		2	4	11	2		2		1	6	устный опрос; практическое задание; презентация
Психологические механизмы организации времени	12	2		4		2	4	10	2		2			6	презентация; практическое задание; устный опрос
Планирование и структурирование времени деятельности	12	2		4		2	4	11	2		2		1	6	практическое задание; тестовый контроль; устный опрос
Нарушения организации времени в условиях стресса и кризиса	11	2		4		1	4	10	2		2			6	устный опрос; практическое задание; кейс-задание
Саморегуляция и управление временем личности	11	2		4		1	4	13	2		2		1	8	практическое задание; презентация; кейс-задание
Организация времени в условиях неопределенности и жизненных изменений	12	2		4		1	5	11	2		2			7	практическое задание; эссе; устный опрос
Восстановление структуры жизни через организацию времени	11	2		4		1	4	15	2		4		1	8	практическое задание; тестовый контроль; кейс-задание

Наименование тем (разделов, модулей)	Количество часов очная форма							Количество часов заочная форма							Форма текущего контроля
	Всего	л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР	Всего	л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР	
Всего часов за 2 /2 семестр	81	14		28		10	29	81	14		16		4	47	
Форма промеж. контроля	Экзамен - 27 ч.							Экзамен - 27 ч.							
Всего часов дисциплине	81	14		28		10	29	81	14		16		4	47	
часов на контроль	27							27							

5. 1. Тематический план лекций

№ лекц	Тема занятия и вопросы лекции	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ОЗФО
1.	<p>Время как психологический ресурс и условие жизнедеятельности личности</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Время как ограниченный и субъективно переживаемый ресурс. 2. Объективное и субъективное время: проблема согласования. 3. Время в структуре деятельности и жизненной активности личности.</p>	Акт./ Интеракт.	2	2
2.	<p>Психологические механизмы организации времени</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Саморегуляция как основа организации времени. 2. Цели, мотивы и ценности как регуляторы временной структуры деятельности. 3. Осознанность и рефлексия как условия эффективного использования времени.</p>	Акт./ Интеракт.	2	2
3.	<p>Планирование и структурирование времени деятельности</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Планирование как психологический процесс: уровни и формы. 2. Краткосрочное и долгосрочное планирование: особенности и взаимосвязь. 3. Ошибки планирования и их психологические причины.</p>	Акт./ Интеракт.	2	2
4.	<p>Нарушения организации времени в условиях стресса и кризиса</p>	Акт./ Интеракт.	2	2

№ лекц	Тема занятия и вопросы лекции	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ОЗФО
	<p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Дезорганизация времени: прокрастинация, «застревание», «ургентная аддикция» 2. Влияние тревоги, неопределенности и истощения на управление временем. 3. Психологические механизмы потери контроля над временем.</p>			
5.	<p>Саморегуляция и управление временем личности</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Волевые и когнитивные механизмы управления временем. 2. Формирование навыков управления временем в условиях нестабильности. 3. Восстановление контроля над деятельностью через управление временем.</p>	Акт./ Интеракт.	2	2
6.	<p>Организация времени в условиях неопределенности и жизненных изменений</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Планирование в условиях неопределенности: стратегии и ограничения. 2. Гибкость и адаптивность как ключевые характеристики временной организации. 3. Поддержание жизненной активности в условиях нестабильной среды.</p>	Акт./ Интеракт.	2	2
7.	<p>Восстановление структуры жизни через организацию времени</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Время как инструмент восстановления жизненной целостности. 2. Построение жизненных целей и приоритетов через временную организацию. 3. Организация времени как фактор устойчивости, адаптации и развития личности.</p>	Акт./ Интеракт.	2	2
	Итого		14	14

5. 2. Темы практических занятий

№ занятия	Наименование практического занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
1.	Время как психологический ресурс и условие жизнедеятельности личности	Интеракт.	4	2

№ занятия	Наименование практического занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
	<p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Анализ восприятия времени как ресурса в жизни личности. 2. Выявление различий между субъективным и объективным временем. 3. Оценка роли времени в структуре жизнедеятельности.</p>			
2.	<p>Психологические механизмы организации времени</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Анализ процессов саморегуляции и их роли в организации времени. 2. Выявление влияния целей и ценностей на распределение времени. 3. Интерпретация роли осознанности в управлении временем.</p>	Интеракт.	4	2
3.	<p>Планирование и структурирование времени деятельности</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Анализ стратегий планирования и их эффективности. 2. Выявление ошибок в организации времени и их психологических причин. 3. Оценка взаимосвязи краткосрочного и долгосрочного планирования.</p>	Интеракт.	4	2
4.	<p>Нарушения организации времени в условиях стресса и кризиса</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Анализ проявлений дезорганизации времени (прокрастинация, хаос, дезориентация). 2. Выявление влияния стресса и тревоги на управление временем. 3. Интерпретация механизмов утраты контроля над деятельностью.</p>	Интеракт.	4	2
5.	<p>Саморегуляция и управление временем личности</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Анализ волевых и когнитивных механизмов управления временем. 2. Выявление стратегий восстановления контроля над деятельностью. 3. Оценка роли саморегуляции в условиях нестабильности.</p>	Интеракт.	4	2
6.	<p>Организация времени в условиях неопределенности и жизненных изменений</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p>	Интеракт.	4	2

№ занятия	Наименование практического занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
	1. Анализ особенностей планирования в условиях неопределенности. 2. Выявление стратегий адаптации к изменяющимся условиям. 3. Интерпретация гибкости как ключевого механизма временной организации.			
7.	Восстановление структуры жизни через организацию времени <i>Основные вопросы:</i> 1. Анализ временной структуры жизни и её нарушений. 2. Разработка моделей восстановления жизненной активности через время. 3. Оценка роли временной организации в устойчивости личности.	Интеракт.	4	4
	Итого			

5. 3. Темы семинарских занятий

(не предусмотрены учебным планом)

5. 4. Перечень лабораторных работ

(не предусмотрено учебным планом)

5. 5. Темы индивидуальных занятий

№ занятия	Тема индивидуального занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
1.	Время как психологический ресурс и условие жизнедеятельности личности <i>Основные вопросы:</i> 1. Проанализируйте собственное восприятие времени как ресурса. 2. Определите факторы, влияющие на ощущение «дефицита времени». 3. Оцените влияние отношения ко времени на жизненную эффективность.	Акт./ Интеракт.	2	1
2.	Психологические механизмы организации времени <i>Основные вопросы:</i> 1. Проанализируйте собственные механизмы	Акт./ Интеракт.	2	

№ занятия	Тема индивидуального занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
	саморегуляции. 2. Определите, как цели и ценности влияют на организацию времени. 3. Оцените уровень осознанности в управлении временем.			
3.	<p>Планирование и структурирование времени деятельности</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте собственные стратегии планирования. 2. Определите типичные ошибки в организации времени. 3. Оцените эффективность краткосрочного и долгосрочного планирования.</p>	Акт./ Интеракт.	2	1
4.	<p>Нарушения организации времени в условиях стресса и кризиса</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте проявления дезорганизации времени в стрессе. 2. Определите влияние тревоги и неопределенности на управление временем. 3. Оцените механизмы утраты контроля над деятельностью.</p>	Акт./ Интеракт.	1	
5.	<p>Саморегуляция и управление временем личности</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте способы восстановления контроля над временем. 2. Определите роль волевых усилий в организации деятельности. 3. Оцените влияние саморегуляции на устойчивость личности.</p>	Акт./ Интеракт.	1	1
6.	<p>Организация времени в условиях неопределенности и жизненных изменений</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте особенности планирования в нестабильных условиях 2. Определите стратегии адаптации к изменяющейся реальности. 3. Оцените роль гибкости в управлении временем.</p>	Акт./ Интеракт.	1	
7.	<p>Восстановление структуры жизни через организацию времени</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Разработайте модель восстановления жизненной структуры через время. 2. Определите приоритеты и жизненные цели в системе времени. 3. Оцените роль</p>	Акт./ Интеракт.	1	1

№ занятия	Тема индивидуального занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
	организации времени в поддержании устойчивости личности.			
	Итого		10	4

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

Самостоятельная работа по данной дисциплине включает такие формы работы как: работа с базовым конспектом; подготовка к практическому занятию; подготовка презентации; выполнение кейс-задания; подготовка к тестовому контролю; подготовка к устному опросу; подготовка эссе; подготовка к экзамену.

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по дисциплине (модулю)

№	Наименование тем и вопросы, выносимые на самостоятельную работу	Форма СР	Кол-во часов	
			ОФО	ЗФО
1	<p>Время как психологический ресурс и условие жизнедеятельности личности</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте феномен субъективного дефицита времени. 2. Исследуйте влияние отношения ко времени на эффективность деятельности. 3. Определите роль времени в системе жизненных ресурсов личности. Практическое задание: Составить карту временных ресурсов личности (структура, источники, ограничения).</p>	<p>подготовка к устному опросу; подготовка к тестовому контролю; подготовка к практическому занятию</p>	4	6
2	<p>Психологические механизмы организации времени</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте взаимосвязь мотивации и организации времени. 2. Исследуйте влияние ценностей на распределение времени. 3. Определите роль саморегуляции в управлении деятельностью. Практическое задание: Составить модель «Мотивация – цели – время – деятельность».</p>	<p>подготовка к практическому занятию; подготовка эссе; подготовка к устному опросу</p>	4	6
3	<p>Планирование и структурирование времени деятельности</p>	<p>подготовка к практическому занятию;</p>	4	6

№	Наименование тем и вопросы, выносимые на самостоятельную работу	Форма СР	Кол-во часов	
			ОФО	ЗФО
	<p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте психологические причины ошибок в планировании. 2. Исследуйте влияние когнитивных искажений на планирование времени. 3. Определите механизмы формирования реалистичных планов.</p> <p>Практическое задание: Разработать алгоритм эффективного планирования с учетом психологических факторов.</p>	подготовка к тестовому контролю; подготовка к устному опросу		
4	<p>Нарушения организации времени в условиях стресса и кризиса</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте механизмы прокрастинации и дезорганизации деятельности. 2. Исследуйте влияние тревоги и истощения на управление временем. 3. Определите факторы утраты контроля над деятельностью. Практическое задание: Составить диагностическую схему нарушений организации времени в кризисе.</p>	подготовка к практическому занятию; выполнение кейс-задания; подготовка к устному опросу	4	6
5	<p>Саморегуляция и управление временем личности</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте роль волевых процессов в управлении временем. 2. Исследуйте стратегии восстановления контроля над деятельностью. 3. Определите механизмы формирования устойчивых навыков управления временем. Практическое задание: Разработать программу развития навыков саморегуляции времени.</p>	подготовка к практическому занятию; подготовка к тестовому контролю; подготовка к устному опросу	4	8
6	<p>Организация времени в условиях неопределенности и жизненных изменений</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте особенности планирования в нестабильной среде. 2. Исследуйте стратегии адаптации к неопределенности. 3. Определите роль гибкости в управлении временем. Практическое задание: Составить модель гибкого планирования в условиях неопределенности.</p>	подготовка к практическому занятию; подготовка к тестовому контролю; выполнение кейс-задания	5	7

№	Наименование тем и вопросы, выносимые на самостоятельную работу	Форма СР	Кол-во часов	
			ОФО	ЗФО
7	<p>Восстановление структуры жизни через организацию времени</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Проанализируйте связь структуры времени и жизненной устойчивости. 2. Исследуйте механизмы восстановления жизненной активности. 3. Определите роль времени в формировании жизненных стратегий. Практическое задание Составить диагностическую схему нарушений организации времени в кризисе.</p>	<p>подготовка к практическому занятию; подготовка к тестовому контролю; подготовка презентации</p>	4	8
Итого			29	47

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

7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Дескрипторы	Компетенции	Оценочные средства
ПК-1		
Знать	закономерности функционирования личности в системе психологического времени, особенности формирования временной перспективы и её нарушения в условиях кризиса.	тестовый контроль; устный опрос
Уметь	анализировать структуру психологического времени личности, выявлять деформации временной перспективы и их влияние на поведение и состояние человека.	практическое задание; кейс-задание
Владеть	методами психологической диагностики и анализа временной организации личности в условиях неопределенности и жизненных кризисов.	экзамен
ПК-4		
Знать	принципы и механизмы психологической регуляции времени, особенности организации жизнедеятельности личности и её временной структуры.	тестовый контроль; эссе; устный опрос
Уметь	проектировать стратегии организации времени и восстановления жизненной активности личности в условиях стресса и кризиса.	практическое задание; кейс-задание
Владеть	методами психологического сопровождения личности в процессе восстановления временной структуры жизни и	экзамен

Дескрипторы	Компетенции	Оценочные средства
	саморегуляции.	
ПК-5		
Знать	психологические механизмы устойчивости личности, роль временной перспективы и организации времени в адаптации к жизненным трудностям.	презентация; тестовый контроль; устный опрос
Уметь	оценивать ресурсы личности и выстраивать стратегии их актуализации через работу с временем и жизненной перспективой.	кейс-задание; практическое задание
Владеть	технологиями психологической помощи, направленными на восстановление целостности жизненного пути и устойчивости личности.	экзамен

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оценочные средства	Уровни сформированности компетенции			
	Компетентность не сформирована	Базовый уровень	Достаточный уровень	Высокий уровень
практическое задание	Задание выполнено неверно или не выполнено	Задание выполнено частично, допущены ошибки в применении методов	Задание выполнено правильно, методы применены корректно	Задание выполнено полностью, продемонстрировано уверенное применение профессиональных методов
презентация	Материал представлен фрагментарно, отсутствует структура	Материал представлен, но структура и аргументация недостаточны	Материал представлен логично, отражены основные положения темы	Презентация отличается высоким уровнем анализа, аргументированностью и наглядностью
кейс-задание	Решение отсутствует или полностью неверно; не выявлены основные проблемы ситуации	Выделены отдельные элементы ситуации, однако анализ поверхностный и решение недостаточно обосновано	Проведен корректный анализ ситуации, предложено обоснованное решение	Проведен глубокий анализ ситуации, предложено несколько вариантов решения с аргументацией

Оценочные средства	Уровни сформированности компетенции			
	Компетентность не сформирована	Базовый уровень	Достаточный уровень	Высокий уровень
тестовый контроль	1–59 % правильных ответов	60–69 % правильных ответов	70–89 % правильных ответов	90–100 % правильных ответов
устный опрос	Неверный ответ, противоречащий теоретическому содержанию дисциплины; отсутствие понимания основных понятий	Знание основных положений темы присутствует, однако материал излагается неполно, допускаются неточности в формулировках	Материал излагается в основном правильно, допускаются отдельные неточности; студент способен объяснить основные понятия и привести примеры	Материал излагается полно, логично и аргументированно; студент демонстрирует глубокое понимание темы и приводит самостоятельные примеры
эссе	Тема не раскрыта, отсутствует логика изложения	Тема раскрыта частично, аргументация слабая	Тема раскрыта, присутствует аргументация и логика анализа	Представлен глубокий аналитический текст с самостоятельными выводами
экзамен	Отсутствие системных знаний по дисциплине	Знания фрагментарны, понимание основных положений ограничено	Знания системные, студент способен применять их при решении профессиональных задач	Глубокие системные знания, способность анализировать и применять их в профессиональной деятельности

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

7.3.1. Примерные практические задания

1. Проведите анализ организации времени личности (на основе кейса): выявите нарушения, ресурсы и точки восстановления.
2. Разработайте модель психологической организации времени личности с учетом целей, ценностей и условий неопределенности.
3. Составьте алгоритм восстановления контроля над деятельностью в условиях дезорганизации времени.
4. Проведите диагностику причин прокрастинации и предложите пути коррекции.
5. Разработайте индивидуальную стратегию планирования времени в условиях нестабильности.

7.3.2. Примерные темы для составления презентации

- 1.Время как психологический ресурс личности и фактор жизненной эффективности.
- 2.Саморегуляция и управление временем в условиях неопределенности.
- 3.Психологические механизмы планирования и организации времени.
- 4.Нарушения организации времени в кризисе и пути их преодоления.
- 5.Восстановление жизненной структуры через организацию времени.

7.3.3. Примерные задания для кейс-задания

1.Женщина 35 лет: «Я ничего не успеваю. Постоянно занята, но ощущение, что время уходит впустую». Жалобы на перегруз, усталость, отсутствие результата. Задание: проанализируйте организацию времени выявите ключевые нарушения предложите модель восстановления

2.Мужчина 28 лет откладывает задачи, избегает планирования, говорит: «Сейчас не время, потом начну». Задание: определите причины прокрастинации проанализируйте мотивационную структуру предложите стратегию коррекции

3.Женщина в условиях нестабильности говорит: «Я не могу планировать, всё меняется, смысла нет». Задание: проанализируйте влияние неопределенности определите нарушения планирования предложите модель гибкого планирования

4.Мужчина 42 лет: «Я работаю много, но ничего не успеваю, постоянно отвлекаюсь, теряю время». Задание: выявите нарушения саморегуляции проанализируйте структуру деятельности предложите методы восстановления контроля

5.Подросток 16 лет живёт без режима, не выполняет задачи, говорит: «Я не понимаю, зачем это всё». Задание: проанализируйте связь времени и смысла выявите мотивационные нарушения предложите модель организации времени

7.3.4. Примерные вопросы для тестового контроля

1.Психологическая организация времени – это: а) составление расписания б) система регуляции деятельности личности во времени в) только планирование г) распределение задач

2.Саморегуляция времени включает: а) только планирование б) постановку целей, контроль и коррекцию действий в) только мотивацию г) отдых

3.В условиях неопределенности эффективное планирование требует: а) жесткого расписания б) гибкости и адаптивности в) отказа от целей г) минимизации активности

4.Прокрастинация связана прежде всего с: а) физической усталостью б) нарушением мотивации и саморегуляции в) возрастом г) интеллектом

5.Нарушение организации времени проявляется как: а) четкое планирование б) хаотичность и потеря контроля в) высокая продуктивность г) устойчивость

7.3.5. Примерные вопросы для устного опроса

- 1.Раскройте понятие психологической организации времени.

2. Охарактеризуйте механизмы саморегуляции времени.
3. Объясните причины прокрастинации.
4. Раскройте особенности планирования в условиях неопределенности.
5. Охарактеризуйте способы восстановления контроля над временем.

7.3.6. Примерные темы для составления эссе

1. Почему человек теряет контроль над временем в кризисе.
2. Время как инструмент восстановления жизни.
3. Прокрастинация как психологический феномен: причины и последствия.
4. Организация времени как показатель зрелости личности.
5. Планирование в условиях неопределенности: возможно ли это?

7.3.7. Вопросы к экзамену

1. Время как психологический ресурс личности.
2. Объективное и субъективное время.
3. Время в структуре деятельности.
4. Психологическая организация времени личности.
5. Саморегуляция и время.
6. Мотивация и организация времени.
7. Цели и временная структура деятельности.
8. Планирование как психологический процесс.
9. Краткосрочное и долгосрочное планирование.
10. Ошибки планирования.
11. Когнитивные искажения времени.
12. Прокрастинация: причины и механизмы.
13. Нарушения организации времени.
14. Дезорганизация деятельности.
15. Влияние стресса на время.
16. Влияние тревоги на управление временем.
17. Потеря контроля над деятельностью.
18. Саморегуляция в кризисе.
19. Волевые механизмы управления временем.
20. Управление вниманием и временем.
21. Организация времени в условиях неопределенности.
22. Гибкое планирование

23. Адаптация к изменяющимся условиям.
24. Восстановление жизненной структуры.
25. Время и жизненные цели.
26. Время и эффективность деятельности.
27. Время и устойчивость личности.
28. Методы восстановления контроля над временем.
29. Время как инструмент личностного развития.
30. Психологическая помощь в восстановлении организации времени.

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

7.4.1. Оценивание практического задания

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Знание теоретического материала по предложенной проблеме	Теоретический материал усвоен	Теоретический материал усвоен и осмыслен	Теоретический материал усвоен и осмыслен, может быть применен в различных ситуациях по необходимости
Овладение приемами работы	Студент может применить имеющиеся знания для решения новой задачи, но необходима помощь преподавателя	Студент может самостоятельно применить имеющиеся знания для решения новой задачи, но возможно не более 2 замечаний	Студент может самостоятельно применить имеющиеся знания для решения новой задачи
Самостоятельность	Задание выполнено самостоятельно, но есть не более 3 замечаний	Задание выполнено самостоятельно, но есть не более 2 замечаний	Задание выполнено полностью самостоятельно

7.4.2. Оценивание презентации

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Раскрытие темы учебной дисциплины	Тема раскрыта частично: не более 3 замечаний	Тема раскрыта частично: не более 2 замечаний	Тема раскрыта

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Подача материала (наличие, достаточность и обоснованность графического оформления: схем, рисунков, диаграмм, фотографий)	Подача материала соответствует указанным параметрам частично, не более 3 замечаний	Подача материала соответствует указанным параметрам частично, не более 2 замечаний	Подача материала полностью соответствует указанным параметрам
Оформление презентации (соответствие дизайна всей презентации поставленной цели; единство стиля включаемых в презентацию рисунков; обоснованное использование анимационных эффектов)	Презентация оформлена с замечаниями по параметру или параметрам: не более 3 замечаний	Презентация оформлена с замечаниями по параметру или параметрам: не более 2 замечаний	Презентация оформлена без замечаний

7.4.3. Оценка кейс-задания

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Соответствие решения сформулированным в кейсе вопросам	Есть более 2-х замечаний к сформулированным решениям	Есть незначительные отклонения, не более 1-го	Полностью соответствует
Оригинальность подхода	Не имеет элементов оригинальности	Подход имеет элементы новизны	Предложен оригинальный подход к решению проблемы
Применимость решения на практике	Нуждается в доработке	Нуждается в незначительной доработке	Имеет практическое подтверждение
Глубина проработки проблемы (обоснованность решения, альтернативы, прогнозирование)	Имеет не более 3-х замечаний	Имеет не более 2-х замечаний	Проблема полностью проработана
Демонстрация коммуникативной культуры	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 4	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 2	Речь грамотная, соблюдены нормы культуры речи

7.4.4. Оценка тестового контроля

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
	10-15	16-20	21-30
Правильность ответов	не менее 60% тестовых заданий	не менее 73% тестовых заданий	не менее 86% тестовых заданий

7.4.5. Оценивание устного опроса

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Полнота и правильность ответа	Ответ полный, но есть замечания, не более 3	Ответ полный, последовательный, но есть замечания, не более 2	Ответ полный, последовательный, логичный
Степень осознанности, понимания изученного	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 3 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 2 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно
Языковое оформление ответа	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 4	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 2	Речь грамотная, соблюдены нормы культуры речи

7.4.6. Оценивание эссе

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Степень и глубина раскрытия заявленной темы	Тема доклада раскрыта частично, есть не более 3 замечаний	Тема раскрыта не полностью, есть не более 2 замечаний	Тема раскрыта
Аргументированность собственной точки зрения	Точка зрения автора аргументирована, но есть замечания к приведенным примерам, не более 3	Точка зрения автора аргументирована, но есть замечания к приведенным примерам, не более 2	Точка зрения автора аргументирована. Приведены примеры
Четкость позиции автора	Авторская позиция есть, но ее суть не раскрыта	Авторская позиция есть. Тезисы позиции автора выражены нечетко	Позиция автора четкая, выделены основные тезисы позиции
Полнота, завершенность идей,	Есть не более 3 замечаний к	Есть не более 2 замечаний к	Тема полностью раскрыта

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
формулируемой автором	раскрытию темы	раскрытию темы	
Краткость и ясность изложения	Текст растянут, изложение требует существенной доработки	Текст растянут, изложение требует доработки	Текст лаконичный, но выражающий главную мысль и позицию автора
Яркость, образность и оригинальность	Позиция автора лишь в отдельных местах представлена яркими, оригинальными образами	Позиция автора, в основном, представлена яркими, оригинальными образами	Позиция автора представлена яркими, оригинальными образами
Соблюдение требований к оформлению письменных текстов	Не более 4 замечаний	Не более 3 замечаний	Правильное оформление ссылок на используемую литературу; грамотность и культура изложения; владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; соблюдение требований к объему реферата; культура оформления: выделение абзацев.
Грамотность	Не более 4	Не более 2	Отсутствуют ошибки или 1 негрубая ошибка

7.4.7. Оценивание экзамена

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Полнота ответа, последовательность и логика изложения	Ответ полный, но есть замечания, не более 3	Ответ полный, последовательный, но есть замечания, не более 2	Ответ полный, последовательный, логичный
Правильность ответа, его соответствие рабочей программе учебной дисциплины	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 3	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 2	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Способность студента аргументировать свой ответ и приводить примеры	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 3 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 2 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены
Осознанность излагаемого материала	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 3 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 2 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно
Соответствие нормам культуры речи	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 4	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 2	Речь грамотная, соблюдены нормы культуры речи
Качество ответов на вопросы	Есть замечания к ответам, не более 3	В целом, ответы раскрывают суть вопроса	На все вопросы получены исчерпывающие ответы

7.5. Итоговая рейтинговая оценка текущей и промежуточной аттестации студента по дисциплине

По учебной дисциплине «Психология организации времени» используется 4-балльная система оценивания, итог оценивания уровня знаний обучающихся предусматривает экзамен. В зачетно-экзаменационную ведомость вносится оценка по четырехбалльной системе. Обучающийся, выполнивший не менее 60 % учебных поручений, предусмотренных учебным планом и РПД, допускается к экзамену. Наличие невыполненных учебных поручений может быть основанием для дополнительных вопросов по дисциплине в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся, получивший не менее 3 баллов на экзамене, считается аттестованным.

Шкала оценивания текущей и промежуточной аттестации студента

Уровни формирования компетенции	Оценка по четырехбалльной шкале для экзамена
Высокий	Отлично
Достаточный	Хорошо
Базовый	Удовлетворительно
Компетенция не сформирована	Неудовлетворительно

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

Основная литература.

№	Библиографическое описание	Тип	Кол-во в библи.
1.	Базылевич Т.Ф. Психология высших достижений личности (психоакмеология): монография / Т. Ф. Базылевич ; рец.: В. А. Владимирцев, В. А. Толочек. - М.: Инфра-М, 2017. - 330 с.	монография	15
2.	Козлов Николай Книга для тех, кому нравится жить, или психология личностного роста: монография / Николай Козлов. - М.: АСТ-пресс книга, 2004. - 352 с.	монография	2
3.	Шипова, Н. С. Психодиагностика защитного и совладающего поведения: практикум : учебное пособие / Н. С. Шипова, С. А. Хазова, М. А. Крылова. — Кострома : КГУ, 2024. — 125 с. — ISBN 978-5-8285-1294-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/427460	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/427460
4.	Кольчик, Е. Ю. Психология посттравматического стрессового расстройства : учебное пособие / Е. Ю. Кольчик, В. Р. Ушакова, М. А. Данилова. - Симферополь : ИП Хотеева Л.В, 2021. - 140 с.	учебное пособие	http://kipu-rc.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=115
5.	Психолого-педагогическое сопровождение развития личности: учебное пособие. — Кемерово: КемГУ, 2025. — 151 с. — ISBN 978-5-8353-3358-5. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/507607	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/507607

Дополнительная литература.

№	Библиографическое описание	Тип	Кол-во в библи.
1.	Щетинина, Е. В. Личностные особенности: психодиагностика: учебное пособие / Е. В. Щетинина, С. С. Новикова ; составители Е. В.	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/492764

№	Библиографическое описание	Тип	Кол-во в библи.
	Щетинина, С. С. Новикова. — Сочи: СГУ, 2024. — 128 с. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/492764		
2.	Елфимова, М. М. Практикум по кризисному психологическому консультированию: учебное пособие / М. М. Елфимова, И. М. Рюмина. — Оренбург: ОГПУ, 2021. — 92 с.	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/191970
3.	Литягина, Е. В. Психологическое сопровождение человека в критической жизненной ситуации: учебное пособие / Е. В. Литягина. — Самара: Самарский университет, 2024. — 96 с. — ISBN 978-5-7883-2086-1. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/480578	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/480578
4.	Жесткова, Н. А. Кризисные коммуникации : учебное пособие / Н. А. Жесткова. — Самара : ПГУТИ, 2022. — 163 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/411572	учебное пособие	https://e.lanbook.com/book/411572

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

- 1.Поисковые системы: <http://www.rambler.ru>, <http://yandex.ru>, <http://www.google.com>
- 2.Федеральный образовательный портал www.edu.ru.
- 3.Российская государственная библиотека <http://www.rsl.ru/ru>
- 4.Государственная публичная научно-техническая библиотека России URL: <http://gpntb.ru>.
- 5.Государственное бюджетное учреждение культуры Республики Крым «Крымская республиканская универсальная научная библиотека» <http://franco.crimealib.ru/>
- 6.Педагогическая библиотека <http://www.pedlib.ru/>
- 7.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (РИНЦ) <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

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

Общие рекомендации по самостоятельной работе магистрантов

Подготовка современного магистранта предполагает, что в стенах университета он овладеет методологией самообразования, самовоспитания, самосовершенствования. Это определяет важность активизации его самостоятельной работы.

Самостоятельная работа формирует творческую активность магистрантов, представление о своих научных и социальных возможностях, способность вычленять главное, совершенствует приемы обобщенного мышления, предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем, определенных программой.

Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются: самоподготовка по отдельным вопросам; работа с базовым конспектом; подготовка к практическому занятию; подготовка презентации; выполнение кейс-задания; подготовка к тестовому контролю; подготовка к устному опросу; подготовка эссе; подготовка к экзамену.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников – ориентировать в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. Учебник также служит путеводителем по многочисленным произведениям, ориентируя в именах авторов, специализирующихся на определённых научных направлениях, в названиях их основных трудов. Вторая функция учебника в том, что он очерчивает некий круг обязательных знаний по предмету, не претендуя на глубокое их раскрытие.

Чтение рекомендованной литературы – это та главная часть системы самостоятельной учебы магистранта, которая обеспечивает подлинное усвоение науки. Читать эту литературу нужно по принципу: «идея, теория, метод в одной, в другой и т.д. книгах».

Во всех случаях рекомендуется рассмотрение теоретических вопросов не менее чем по трем источникам. Изучение проблемы по разным источникам - залог глубокого усвоения науки. Именно этот блок, наряду с выполнением практических заданий является ведущим в структуре самостоятельной работы студентов.

Вниманию магистрантов предлагаются список литературы, вопросы к самостоятельному изучению и вопросы к экзамену.

Для успешного овладения дисциплиной необходимо выполнять следующие требования:

- 1) выполнять все определенные программой виды работ;
- 2) посещать занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и, зачастую, самостоятельного теоретического овладения пропущенным материалом недостаточно для качественного его усвоения;
- 3) все рассматриваемые на занятиях вопросы обязательно фиксировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;
- 4) проявлять активность при подготовке и на занятиях, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому бакалавру;
- 5) в случаях пропуска занятий по каким-либо причинам обязательно отрабатывать пропущенное преподавателю во время индивидуальных консультаций.

Внеурочная деятельность магистранта по данной дисциплине предполагает:

- самостоятельный поиск ответов и необходимой информации по предложенным вопросам;
- выполнение практических заданий;
- выработку умений научной организации труда.

Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у магистранта умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних

заданий. Объем заданий рассчитан максимально на 2-3 часа в неделю. При этом алгоритм подготовки будет следующим:

1 этап – поиск в литературе теоретической информации по предложенным преподавателем вопросам;

2 этап – осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;

3 этап – составление плана ответа на каждый вопрос;

4 этап – поиск примеров по данной проблематике.

Работа с базовым конспектом

Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций в различных формах их проведения: проблемные лекции с элементами эвристической беседы, информационные лекции, лекции с опорным конспектированием, лекции-визуализации.

На лекциях преподаватель рассматривает вопросы программы курса, составленной в соответствии с государственным образовательным стандартом. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удастся осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу студентов, рекомендуя ту или иную литературу.

Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям.

Во время самостоятельной проработки лекционного материала особое внимание следует уделять возникшим вопросам, непонятым терминам, спорным точкам зрения. Все такие моменты следует выделить или выписать отдельно для дальнейшего обсуждения на практическом занятии. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией. Полный список литературы по дисциплине приведен в рабочей программе дисциплины.

Подготовка презентации

Требования к оформлению презентации

Презентация должна содержать не более 15 слайдов, раскрывающих тему доклада.

Первый слайд – титульный, на котором должны быть представлены: название темы доклада; фамилия, имя, отчество, учебная группа авторов доклада и год создания.

В оформлении презентаций должны быть соблюдены дизайн-эргономические требования: сочетаемость цветов, ограниченное количество объектов на слайде, читаемость текстов (начертание, цвет, размер шрифтов) и другие требования, приведенные ниже.

Представление информации

Содержание информации: Используйте короткие слова и предложения. Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных. Заголовки должны привлекать внимание аудитории

Расположение информации на странице: Предпочтительно горизонтальное расположение информации. Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана. Если на слайде имеется графическое изображение, подпись должна располагаться под ним

Шрифты: Шрифты: Кегль для заголовков – не менее 24, для информации – не менее 22. Шрифты без засечек и строчные буквы читаются с большого расстояния легче, чем шрифты с засечками и прописные буквы.

Не рекомендуется смешивать разные типы шрифтов в одной презентации. Для выделения информации используют различные начертания: жирный, курсив

Способы выделения информации: Способы выделения наиболее важных фактов: рамки; границы, заливка; штриховка, стрелки; рисунки, диаграммы, схемы

Объем информации: При определении объема необходимо учитывать, что человеку трудно одновременно запомнить более трех фактов, выводов, определений.

Наибольшая эффективность презентации достигается, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде или выводятся на слайд поэтапно

Виды слайдов: Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: с текстом; с таблицами; с диаграммами.

Оформление слайдов.

Стиль: Соблюдайте единый стиль оформления, не отвлекающий от самой презентации. Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями)

Фон: Для фона предпочтительны холодные тона

Использование цвета: На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовка, один для текста. Для фона и текста используйте контрастные цвета.

Анимационные эффекты: Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде. Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде

Подготовка эссе

Эссе - «жанр философской, литературно-критической, историко-биографической, публицистической прозы, сочетающий подчеркнуто индивидуальную позицию автора с непринужденным, часто парадоксальным изложением, ориентированным на разговорную речь» (Советский энциклопедический словарь. М., 1987. С. 1565).

Классификация эссе:

— по содержанию: философские, литературно-критические, исторические, художественные, художественно-публицистические, духовно-религиозные и др.;

— по литературной форме: рецензии, лирические миниатюры, заметки, странички из дневника, письма и др.;

— различают также эссе описательные, повествовательные, рефлексивные, критические, аналитические и др.

Признаки эссе:

— Небольшой объем — от трех до семи страниц компьютерного текста; допускается эссе до десяти страниц машинописного текста.

— Конкретная тема и подчеркнута субъективная ее трактовка.

— Свободная композиция — важная особенность эссе.

— Непринужденность повествования.

— Использование парадоксов. Эссе призвано удивить читателя, это, по мнению многих исследователей, его обязательное качество.

— Внутреннее смысловое единство.

— Ориентация на разговорную речь. В то же время необходимо избегать употребления в эссе сленга, шаблонных фраз, сокращения слов, чересчур легкомысленного тона.

Выполнение задания:

1. написать вступление (2–3 предложения, которые служат для последующей формулировки проблемы..

2. сформулировать проблему, которая должна быть важна не только для автора, но и для других;

3. дать комментарии к проблеме;

4. сформулировать авторское мнение и привести аргументацию;

5. написать заключение (вывод, обобщение сказанного..

Планируемые результаты самостоятельной работы: способность логически верно, аргументированно и ясно строить устную и письменную речь.

Выполнение кейс-задания

Кейс-задание (англ. case — случай, ситуация) — метод обучения, основанный на разборе практических проблемных ситуаций — кейсов, связанных с конкретным событием или последовательностью событий.

Виды кейсов: иллюстративные, аналитические, связанные с принятием решений.

Выполнение задания:

1. подготовить основной текст с вопросами для обсуждения:

— титульный лист с кратким запоминающимся названием кейса;

— введение, где упоминается герой (герои) кейса, рассказывается об истории вопроса, указывается время начала действия;

— основная часть, где содержится главный массив информации, внутренняя интрига, проблема;

— заключение (в нем решение проблемы, рассматриваемой в кейсе, иногда может быть не завершено);

2. подобрать приложения с подборкой различной информации, передающей общий контекст кейса (документы, публикации, фото, видео и др.);

3. предложить возможное решение проблемы.

Планируемые результаты самостоятельной работы:

— способность студентов анализировать результаты научных исследований и применять их при решении конкретных исследовательских задач;

— готовность использовать индивидуальные креативные способности для оригинального решения исследовательских задач;

— способность решать нестандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий.

Подготовка к практическому занятию

Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Подготовка к практическому занятию включает следующие элементы самостоятельной деятельности: четкое представление цели и задач его проведения; выделение навыков умственной, аналитической, научной деятельности, которые станут результатом предстоящей работы.

Выработка навыков осуществляется с помощью получения новой информации об изучаемых процессах и с помощью знания о том, в какой степени в данное время студент владеет методами исследовательской деятельности, которыми он станет пользоваться на практическом занятии.

Следовательно, работа на практическом занятии направлена не только на познание студентом конкретных явлений внешнего мира, но и на изменение самого себя.

Второй результат очень важен, поскольку он обеспечивает формирование таких общекультурных компетенций, как способность к самоорганизации и самообразованию, способность использовать методы сбора, обработки и интерпретации комплексной информации для решения организационно-управленческих задач, в том числе находящихся за пределами непосредственной сферы деятельности студента. процессов и явлений, выделяют основные способы доказательства авторами научных работ ценности того, чем они занимаются.

В ходе самого практического занятия студенты сначала представляют найденные ими варианты формулировки актуальности исследования, обсуждают их и обосновывают свое мнение о наилучшем варианте.

Объём заданий рассчитан максимально на 1-2 часа в неделю.

Подготовка к тестовому контролю

Основное достоинство тестовой формы контроля – это простота и скорость, с которой осуществляется первая оценка уровня обученности по конкретной теме, позволяющая, к тому же, реально оценить готовность к итоговому контролю в иных формах и, в случае необходимости, откорректировать те или иные элементы темы.

Подготовка к тестированию

1. Уточните объем материала (отдельная тема, ряд тем, раздел курса, объем всего курса), по которому проводится тестирование.

2. Прочтите материалы лекций, учебных пособий.

3. Обратите внимание на характер заданий, предлагаемых на практических занятиях.

4. Составьте логическую картину материала, выносимого на тестирование (для продуктивной работы по подготовке к тестированию необходимо представлять весь подготовленный материал как систему, понимать закономерности, взаимосвязи в рамках этой системы).

Подготовка к устному опросу

С целью контроля и подготовки студентов к изучению новой темы вначале каждой практической занятии преподавателем проводится индивидуальный или фронтальный устный опрос по выполненным заданиям предыдущей темы.

Критерии оценки устных ответов студентов:

- правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);
- полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);
- сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);
- логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи (учитывается умение использовать наиболее прогрессивные и эффективные способы достижения цели);
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе (учитывается грамотно и с пользой применять наглядность и демонстрационный опыт при устном ответе);
- использование дополнительного материала (обязательное условие);
- рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени, с учетом индивидуальных особенностей студентов).

Подготовка к экзамену

Экзамен является традиционной формой проверки знаний, умений, компетенций, сформированных у студентов в процессе освоения всего содержания изучаемой дисциплины. В случае проведения экзамена студент получает баллы, отражающие уровень его знаний.

Правила подготовки к экзаменам:

- Лучше сразу сориентироваться во всем материале и обязательно расположить весь материал согласно экзаменационным вопросам.
- Сама подготовка связана не только с «запоминанием». Подготовка также предполагает и переосмысление материала, и даже рассмотрение альтернативных идей.
- Сначала студент должен продемонстрировать, что он «усвоил» все, что требуется по программе обучения (или по программе данного преподавателя), и лишь после этого он вправе высказать иные, желательно аргументированные точки зрения.

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

Информационные технологии применяются в следующих направлениях:

оформление письменных работ выполняется с использованием текстового редактора;

демонстрация компьютерных материалов с использованием мультимедийных технологий;

использование информационно-справочного обеспечения, такого как: правовые справочные системы (Консультант+ и др.), онлайн словари, справочники (Грамота.ру, Интуит.ру, Википедия и др.), научные публикации.

использование специализированных справочных систем (электронных учебников, справочников, коллекций иллюстраций и фотоизображений, фотобанков, профессиональных социальных сетей и др.).

OpenOffice Ссылка: <http://www.openoffice.org/ru/>

Mozilla Firefox Ссылка: <https://www.mozilla.org/ru/firefox/new/>

Libre Office Ссылка: <https://ru.libreoffice.org/>

Do PDF Ссылка: <http://www.dopdf.com/ru/>

7-zip Ссылка: <https://www.7-zip.org/>

Free Commander Ссылка: <https://freecommander.com/ru>

be Reader Ссылка: <https://acrobat.adobe.com/ru/ru/acrobat/pdf-reader.html>

Gimp (графический редактор) Ссылка: <https://www.gimp.org/>

ImageMagick (графический редактор) Ссылка: <https://imagemagick.org/script/index.php>

VirtualBox Ссылка: <https://www.virtualbox.org/>

Adobe Reader Ссылка: <https://acrobat.adobe.com/ru/ru/acrobat/pdf-reader.html>

Операционная система Windows 8.1 Лицензионная версия по договору №471\1 от 11.12.2014 г.

Электронно-библиотечная система Библиокомплектатор

Национальна электронная библиотека - федеральное государственное бюджетное учреждение «Российская государственная библиотека» (ФГБУ «РГБ»)

Редакция Базы данных «ПОЛПРЕД Справочники»

Электронно-библиотечная система «ЛАНЬ»

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

-компьютерный класс и доступ к сети Интернет (во время самостоятельной подготовки)

-проектор, совмещенный с ноутбуком для проведения лекционных занятий преподавателем и презентации студентами результатов работы

-раздаточный материал для проведения групповой работы;

13. Особенности организации обучения по дисциплине обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ОВЗ:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потерь данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества;
- создание возможности для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников – например, так, чтобы лица с нарушением слуха получали информацию визуально, с нарушением зрения – аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счет альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения практических занятий, выступления с докладами и защитой выполненных работ, проведение тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ОВЗ форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи: зачет и экзамен, проводимый в письменной форме, – не более чем на 90 мин., проводимый в устной форме – не более чем на 20 мин., – продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы – не более чем на 15 мин.

14. Виды занятий, проводимых в форме практической подготовки

(не предусмотрено при изучении дисциплины)