

ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ УМК(ЭВ)

Практическое занятие №1

Тема33: ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ КАК САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ НАУКА

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Место психофизиологии в системе наук.	1. Охарактеризуйте место психофизиологии в системе наук
2. Предмет и задачи психофизиологии.	1. Опишите предмет психофизиологии. 2. Приведите примеры практической реализации задач психофизиологии в спорте.
3. Основные проблемы психофизиологии.	1. Выделите и охарактеризуйте основные проблемы психофизиологии.
4. Методы психофизиологии, их характеристика.	1. Охарактеризуйте основные методы психофизиологии 2. Докажите эффективность использования БОС-тренингов в спорте

Рекомендуемая для изучения литература:

1 Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

2 Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2010. – 88 с.

3 Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.

4 Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с.

5 Основы психофизиологии экстремальной деятельности / под ред. А.Н. Блеера. – М: ООО «Анита Пресс», 2006. – 380 с.

6 Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г.Блинова, Л.Н.Игишева, Н.А.Литвинова, А.И.Федоров. – М.: Гуманит. изд.ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.

7 Рыбников, О.Н. Психофизиология профессиональной деятельности: учеб. для студентов высш. учеб. заведений / О. Н. Рыбников. – М.: Академия, 2010. – 320 с.

8 Саваневский, Н.К. Физиология поведения: учеб. пособие для студентов вузов / Н.К. Саваневский, Г.Е. Хомич ; под ред. Н.К. Саваневского. – Минск: Новое знание; М.: ИНФРА–М, 2012. – 400 с.

9 Физиологические основы здоровья : учеб. пособие / [авт. коллектив: Н.П.Абаскалова и др.]. – 2-е изд., перераб. и доп.; Гриф УМО Рос. Федерации. – М.: ИНФРА–М, 2016. – 349 с.

Практическое занятие №2

Тема 34.ВЫСШАЯ НЕРВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА, ЕЕ ПРОЯВЛЕНИЯ В СПОРТЕ

Основные вопросы	Контрольные задания
1 Характеристика свойств нервной системы спортсменов.	1. Охарактеризуйте свойств нервной системы спортсменов: сила-слабость, подвижность-инертность, уравновешенность – преобладание возбуждения (торможения).
2 Взаимосвязь свойств нервной системы с успешностью спортивной деятельности.	1. Опишите взаимосвязь свойств нервной системы с успешностью спортивной деятельности. 2. Приведите примеры практической реализации задач психофизиологии в спортивной деятельности.
3 Учет свойств нервной системы в подготовке спортсмена.	1. Разработайте практические по учету свойств нервной системе в подготовке спортсменов..
4 Диагностика свойств нервной системы.	1. Изучите свойства нервной системы спортсмена с помощью методик психодиагностики
5 Теппинг-тест как методика изучения силы нервной системы.	1. Проведите методику «Теппинг-тест» 2. Разработайте практические по учету свойств нервной системе в подготовке спортсменов.

Рекомендуемая для изучения литература:

1 Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.–практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

2 Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с.

3 Мельник, Е.В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е.В. Мельник, Н.В. Кухтова, А.Ю. Гириная. – Витебск: ВГУ им П.М. Машерова, 2017. – 56 с.

4 Основы психофизиологии экстремальной деятельности / под ред. А.Н. Блеера. – М.: ООО «Анита Пресс», 2006. – 380 с.

5 Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г.Блинова, Л.Н.Игишева, Н.А.Литвинова, А.И.Федоров. – М.: Гуманит. изд.ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.

6 Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

7 Физиологические основы здоровья : учеб. пособие / [авт. коллектив: Н.П.Абаскалова и др.]. – 2-е изд., перераб. и доп.; Гриф УМО Рос. Федерации. – М.: ИНФРА–М, 2016. – 349 с.

Практическое занятие №3

Тема36: «ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ АСИММЕТРИИ СПОРТСМЕНА»

Основные вопросы	Контрольные задания
1 Понятие «функциональная асимметрия», ее виды.	1. Охарактеризуйте место психофизиологии в системе наук
2 Проявление сенсорной, моторной и психической асимметрии в спорте.	1. Опишите предмет психофизиологии. 2. Приведите примеры практической реализации задач психофизиологии в спортивной деятельности.
3 Сферы специализации левого и правого полушарий головного мозга.	1. Выделите и охарактеризуйте сферы специализации левого и правого полушарий головного мозга..
4 Изучение функциональной асимметрии спортсмена.	1. Разработайте практические по учету индивидуального профиля асимметрии в подготовке спортсмена
5 Моторные тесты.	1 Изучите функциональные асимметрии с помощью моторных тестов
6. Опросники (И.М.Тимченко, М.Анет).	1. Изучите функциональные асимметрии с помощью опросников
7. Психофизиологические методы.	1 Подберите психофизиологические методы для изучения функциональных асимметрий

Рекомендуемая для изучения литература:

1 Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.–практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

2 Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич,

Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2010. – 88 с.

3 Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М.: МПГУ, 2016. – 172 с.

4 Шульговский, В.В. Физиология высшей нервной деятельности: учебник / В.В. Шульговский. – 3-е изд., перераб. ; Гриф УМО РФ. – М.: Академия, 2014. – 384 с.

5 Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.

6 Батуев, А.С. Высшая нервная деятельность / А.С. Батуев. – М.: Высш. шк., 1991. – 396 с.

7 Блум Ф. Мозг, разум и поведение / Ф.Блум, А.Лейзерсон, Л.Хофстедтер; пер с англ. – М.: Мир. 1988. – 248 с.

8 Данилова, Н.Н. Физиология высшей нервной деятельности / Н.Н. Данилова, А.Л. Крылова. – М.: Учебная литература, 1997. – 431 с.

9 Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с.

10 Ильин, Е.П. Психомоторная организация человека / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.

11 Леутин, В.П. Функциональная асимметрия мозга. Мифы и действительность / В.П. Леутин, Е.И. Николаева. – СПб.: Речь, 2005. – 368 с.

12 Москвин, В.А. Межполушарные асимметрии и индивидуальные различия человека: монография / В.А. Москвин, Н.В. Москвина – М.: Смысл, 2011. – 368 с.

13 Основы психофизиологии экстремальной деятельности / под ред. А.Н. Блеера. – М.: ООО «Анита Пресс», 2006. – 380 с.

14 Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г. Блинова, Л.Н. Игишева, Н.А. Литвинова, А.И. Федоров. – М.: Гуманит. изд. ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.

15 Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

Практическое занятие №4

Тема 36. ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ И БИОЛОГИЧЕСКИЕ РИТМЫ СПОРТСМЕНА

Основные вопросы	Контрольные задания
1 Диагностика функциональных состояний.	1. Изучите функциональные состояния спортсмена: утомление, монотонию и др.
2 Психофизиология стресса.	1. Опишите стадии стрессовой реакции человека, общий адаптационный синдром. 2. Охарактеризуйте виды стресса.
3 Психодиагностика стресса.	1. Подберите методики диагностики

Рекомендуемая для изучения литература:

- 1 Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.
- 2 Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.
- 3 Бернштейн, Н.А. Физиология движений и активность / Н.А. Бернштейн; под ред. О.Г. Газенко. – М. Наука, 1990. – 494 с.
- 4 Боброва, Н.Л. Психофизиологические показатели организма человека в процессе физического, спортивного совершенствования и деятельности в экстремальных условиях: [монография] / Н.Л. Боброва, О.В.Герман; под ред. В.И. Курмашева. – Минск: Бестпринт, 2015. – 123 с.
- 5 Данилова, Н.Н. Физиология высшей нервной деятельности / Н.Н.Данилова, А.Л.Крылова. – М.: Учебная литература, 1997. – 431 с.
- 6 Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с.
- 7 Ильин, Е.П. Психомоторная организация человека / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.
- 8 Иорданская, Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений. Этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования: монография / Ф.А. Иорданская. – М.: Советский спорт , 2011. – 142 с.
- 9 Леонова, А.Б. Психодиагностика функциональных состояний человека / А.Б.Леонова. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
- 10 Основы психофизиологии экстремальной деятельности / под ред. А.Н. Блеера. – М: ООО «Анита Пресс», 2006. – 380 с.
- 11 Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г.Блинова, Л.Н.Игишева, Н.А.Литвинова, А.И.Федоров. – М.: Гуманит. изд.ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.
- 12 Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
- 13 Рыбников, О.Н. Психофизиология профессиональной деятельности: учеб. для студентов высш. учеб. заведений / О. Н. Рыбников. – М.: Академия, 2010. – 320 с.
- 14 Саваневский, Н.К. Физиология поведения: учеб. пособие для студентов вузов / Н.К. Саваневский, Г.Е. Хомич ; под ред. Н.К. Саваневского. – Минск: Новое знание; М.: ИНФРА–М, 2012. – 400 с.

15 Физиологические основы здоровья : учеб. пособие / [авт. коллектив: Н.П.Абаскалова и др.]. – 2-е изд., перераб. и доп.; Гриф УМО Рос. Федерации. – М.: ИНФРА–М, 2016. – 349 с.

Семинарское занятие №1

Тема 36. ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ И БИОЛОГИЧЕСКИЕ РИТМЫ СПОРТСМЕНА

Основные вопросы	Контрольные задания
1 Физиологические изменения во время сна.	1. Охарактеризуйте физиологические изменения во время сна.
2 Сон и его нарушения.	1. Опишите виды нарушения сна. 2. Предложите способы профилактики нарушений сна спортсменов
3 Организация сна спортсменов.	2. Разработайте практические по организации сна спортсменов.
4 Учет биологических ритмов в спортивной деятельности.	1 Разработайте практические по учету биологических ритмов (циркадианных, ультрадианных и инфрадианных) в спортивной деятельности

Рекомендуемая для изучения литература:

1 Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М.: МПГУ, 2016. – 172 с.

2 Бернштейн, Н.А. Физиология движений и активность / Н.А. Бернштейн; под ред. О.Г. Газенко. – М. Наука, 1990. – 494 с.

3 Биологические ритмы / под ред. Ю.Ашоффа: В 2 т. – М.: Мир, 1984; Т.1. – С. 5-406; Т.2. – С. 5-260.

4 Блум Ф. Мозг, разум и поведение / Ф.Блум, А.Лейзерсон, Л.Хофстедтер; пер с англ. – М.: Мир. 1988. – 248 с.

5 Боброва, Н.Л. Психофизиологические показатели организма человека в процессе физического, спортивного совершенствования и деятельности в экстремальных условиях: [монография] / Н.Л. Боброва, О.В.Герман; под ред. В.И. Курмашева. – Минск: Бестпринт, 2015. – 123 с.

6 Иорданская, Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений. Этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования: монография / Ф.А. Иорданская. – М.: Советский спорт, 2011. – 142 с.

7 Основы психофизиологии экстремальной деятельности / под ред. А.Н. Блеера. – М: ООО «Анита Пресс», 2006. – 380 с.

8 Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г.Блинова, Л.Н.Игишева, Н.А.Литвинова, А.И.Федоров. – М.: Гуманит. изд.ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.

9 Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

10 Рыбников, О.Н. Психофизиология профессиональной деятельности: учеб. для студентов высш. учеб. заведений / О. Н. Рыбников. – М.: Академия, 2010. – 320 с.

11 Саваневский, Н.К. Физиология поведения: учеб. пособие для студентов вузов / Н.К. Саваневский, Г.Е. Хомич ; под ред. Н.К. Саваневского. – Минск: Новое знание; М.: ИНФРА–М, 2012. – 400 с.

12 Физиологические основы здоровья : учеб. пособие / [авт. коллектив: Н.П.Абаскалова и др.]. – 2-е изд., перераб. и доп.; Гриф УМО Рос. Федерации. – М.: ИНФРА–М, 2016. – 349 с.

ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Двигательные реакции в спорте, их виды.
2. Характеристика соревновательных стресс-факторов.
3. Предстартовые состояния спортсменов.
4. Послесоревновательные состояния спортсменов.
5. Психические состояния спортсменов, возникающие в учебно-тренировочном процессе под влиянием однообразия.
6. Психические состояния спортсменов, возникающие в учебно-тренировочном процессе под влиянием физической нагрузки.

ЗАДАНИЯ К УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ (УСР)

Задания для выполнения самостоятельной работы №1 по теме 33 «Психофизиология как самостоятельная наука»

Задание: Охарактеризовать методы психофизиологии.

- 1 *Методы изучения двигательных реакции.*
- 2 *Методы изучения работы головного мозга.*
- 3 *Стабилометрия как метод психофизиологии.*
- 4 *Метод дихотического прослушивания.*
- 5 *БОС-тренинги, их использование в спорте.*

Форма контроля: реферат и мультимедийная презентация.

Рекомендуемая литература:

1 Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.–практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

2 Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2010. – 88 с.

3 Боброва, Н.Л. Психофизиологические показатели организма человека в процессе физического, спортивного совершенствования и деятельности в экстремальных условиях: [монография] / Н.Л. Боброва, О.В.Герман; под ред. В.И. Курмашева. – Минск: Бестпринт, 2015. – 123 с.

4 Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с.

5 Ильин, Е.П. Психомоторная организация человека / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.

6 Иорданская, Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений. Этапы

углубленной подготовки и спортивного совершенствования: монография / Ф.А. Иорданская. – М.: Советский спорт, 2011. – 142 с.

7 Леонова, А.Б. Психодиагностика функциональных состояний человека / А.Б.Леонова. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.

8 Основы психофизиологии экстремальной деятельности / под ред. А.Н. Блеера. – М: ООО «Анита Пресс», 2006. – 380 с.

9 Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г.Блинова, Л.Н.Игишева, Н.А.Литвинова, А.И.Федоров. – М.: Гуманит. изд.ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.

10 Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

Задания для выполнения самостоятельной работы №2 по теме 35 «Индивидуальный профиль асимметрии спортсмена»

Задание: Характеристика индивидуального профиля асимметрии спортсмена по результатам диагностики с использованием компьютерной программы ВИПА.

Форма контроля: протокол тестирования, анализ результатов диагностики и рекомендации по учету профиля асимметрии.

Рекомендуемая литература:

1 Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

2 Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2010. – 88 с.

3 Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с.

4 Леутин, В.П. Функциональная асимметрия мозга. Мифы и действительность / В.П.Леутин, Е.И. Николаева. – СПб.: Речь, 2005. – 368 с.

5 Москвин, В.А. Межполушарные асимметрии и индивидуальные различия человека: монография / В.А.Москвин, Н.В.Москвина – М.: Смысл, 2011. – 368с.

6 Основы психофизиологии экстремальной деятельности / под ред. А.Н. Блеера. – М: ООО «Анита Пресс», 2006. – 380 с.

7 Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г.Блинова, Л.Н.Игишева, Н.А.Литвинова, А.И.Федоров. – М.: Гуманит. изд.ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.

8 Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

ПРИМЕРНЫЙ ВОПРОСЫДЛЯ СЕМИНАРСКОГО ЗАНЯТИЯ

1. Актуальные психологические качества в различных видах спорта.
2. Особенности диагностики психического состояния в спортивной деятельности.
3. Экспериментальная деятельность в психологической подготовке спортсменов избранного вида спорта.
4. Перспективы экспериментальной психологии в спортивной деятельности.

ПРИМЕРНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

№ темы	Тема занятия	Задание	Формы контроля знаний
38	Процедура психологического эксперимента	Составление программы экспериментального исследования по теме, актуальной для избранного вида спорта	Реферат
		Составление программы психолого-педагогического эксперимента для проверки эффективности методики подготовки спортсменов в избранном виде спорта	Реферат
	Экспериментальная психология в спорте	Создание диагностического компьютерного комплекса для изучения особенностей внимания в избранном виде спорта	Реферат
		Создание диагностического компьютерного комплекса для изучения особенностей психомоторики в избранном виде спорта	Реферат

ПРИМЕРНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

- Инструментальные методы психологии. Примеры использования в спорте.
- Описание известного психологического эксперимента.
- Программа психолого-педагогического эксперимента для оценки эффективности новой методики подготовки.

Практический раздел

Тема «Основы психолого-педагогической работы со спортсменами в зависимости от уровня индивидуальности»

Семинарское занятие № 1

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Дифференциально-психологические особенности личности и деятельности психологов и педагогов
2. Стили самопрезентации
3. Стили общения и руководства

Вопросы и задания для закрепления и обсуждения

Задание 1. Обоснуйте следующие положения:

- экстраверсия является основой формирования общительности учителя;
- уравновешенность – это неотъемлемое свойство для организации и сохранения нормальных взаимоотношений учителя с учащимися в процессе общения;
- сила нервной системы – свойство, необходимое для плодотворной и эффективной педагогической деятельности в течение всего рабочего дня;
- типологические особенности должны учитываться при выборе педагогической профессии

Задание 2. Подготовьте реферат (научное сообщение) на одну из тем:

1. Педагогический коллектив: проблемы, конфликты и пути их преодоления.
2. Психологические проблемы педагогической деятельности.
3. Психолог и учитель: союз или конфронтация.
4. Учитель – ученик: особенности взаимоотношений.
5. Личностный рост педагога.

Задание 3.

1. Сравните традиционное педагогическое общение и личностно ориентированное.
2. Перечислите те качества личности, которыми должен обладать педагог-фасилитатор. Аргументируйте свой ответ.

Практическое занятие № 1

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Профессиональная адаптация лиц с различными типологическими особенностями
2. Гендерные аспекты профессиональной деятельности
3. Профессиональная самореализация мужчин и женщин

4. Профессиональная деформация личности как дифференциально-психологическая проблема

Вопросы и задания для закрепления и обсуждения

Задание 1. Как широко и часто Вы используете психологические знания и умения в своей профессионально-педагогической деятельности (в ходе педагогической практики)? Оцените свою готовность к их применению, её динамику («Я» прошлое, «Я» настоящее, «Я» перспективное). Каковы Ваши планы по совершенствованию данного вида профессиональной готовности?

Задание 2. Ознакомьтесь со списком мотивов выбора профессии. Какими вы руководствовались мотивами и какой мотив наиболее для вас значим? Отметьте их в списке. Выберите главную причину, по которой вы выбирали себе профессию. Список мотивов включает 18 фраз:

1. Возможность работать с детьми.
2. Возможность продолжать семейные традиции.
3. Возможность продолжать учебу со своими товарищами.
4. Возможность служить людям.
5. Возможность заниматься интересным для себя делом.
6. Заработок.
7. Общественное и государственное значение профессии.
8. Возможность получить известность, прославиться.
9. Возможность стать значимым и уважаемым членом общества
10. Легкость поступления на работу.
11. Перспективность работы.
12. Позволяет проявить свои способности.
13. Позволяет общаться с людьми.
14. Обогащает знаниями.
15. Разнообразная по содержанию работа.
16. Романтичность, благородство профессии.
17. Творческий характер труда, возможность делать открытия.
18. Трудная, сложная профессия.
19. Чистая, легкая, спокойная работа.

Были ли у вас другие мотивы?

Обсудите индивидуальный выбор в подгруппах, выделите общие мотивы.

Определите, чем отличаются мотивы выбора профессии у мужчин и женщин.

Практическое занятие № 2

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Имидж и харизма как проявления индивидуальности
2. Понятие имиджа, его виды
3. Пути формирования имиджа
4. Харизма лидера и ее компоненты

Вопросы и задания для закрепления и обсуждения

Задание 1. Вопросы для дискуссии в группе.

1. Почему нужно заботиться о своем имидже? В каких ситуациях это особенно необходимо? Приведите примеры из своей настоящей или будущей профессиональной деятельности, когда вам необходимо заботиться о своем имидже.

2. Какова роль самопрезентации в построении имиджа?

3. Как влияет аттракция на имидж? Приведите примеры из своей жизни, когда проявлялось действие этих механизмов и эффектов.

4. Выделите основные составляющие имиджа руководителя. Запишите на доске получившуюся в результате дискуссии схему составляющих имиджа.

5. Кто занимается созданием имиджа?

Задание 2. Ответьте на следующие вопросы. Эти опросники предназначены не для психодиагностики, а для побуждения к размышлению над своим имиджем. Ответы обсудите в микрогруппах.

А. Анкета «Ваше отношение к имиджу».

1. Убеждены ли вы в важности и ценности имиджа?

2. Когда у вас появилось желание улучшить свой имидж?

3. Чем вы занимаетесь в настоящее время?

4. Соответствует ли ваш имидж представлениям о нем в той сфере деятельности, в которой вы заняты?

5. Ожидаете ли вы в ближайшем будущем продвижения по службе или других изменений в карьере, которые потребовали бы от вас изменения вашего имиджа?

6. Хотели бы вы заняться корректировкой своего имиджа?

7. Что бы вы хотели скорректировать в своем имидже?

8. Куда и к кому вы обратитесь по поводу совершенствования своего имиджа?

9. Был ли причиной ваших неудач ваш непродуманный имидж?

Б. Самоопросник «Мой имидж».

Вам предлагается ряд утверждений, на которые вы должны ответить «да» или «нет».

1. Я уверен в себе.

2. Во время разговора я смотрю собеседнику в глаза.

3. У меня есть чувство юмора.

4. Я доброжелательно отношусь к людям.

5. Я уверен в своей внешней привлекательности.

6. Во время разговора я полностью сосредоточен на собеседнике и не прерываю его.

7. Я испытываю чувство самоуважения.

8. Я всегда вежлив даже с неприятными мне людьми.

9. Я из тех людей, которые не лезут за словом в карман.

10. Я считаю, что мое физическое здоровье и развитие в норме.

11. Я предпочитаю взаимовыгодные разрешения споров.

12. Я постоянно улыбаюсь окружающим.

13. Если я не прав, я быстро признаю свои ошибки.

14. Я умею разряжать свои отрицательные эмоции.

15. Я говорю людям комплименты.

16. Моя профессиональная компетентность не вызывает сомнения.

17. Мой гардероб тщательно подобран.

18. Я знаком с методами самоуспокоения и релаксации.

19. Мои волосы всегда чистые и аккуратно уложены.

20. Я владею тактикой действий в конфликтных ситуациях.

21. Я продолжаю повышать свой профессионализм.

22. Я питаюсь правильно.

23. Я владею приемами риторики.

Если на все вопросы вы ответили «да», то проблем создания имиджа для вас не существует. Если присутствуют ответы «нет», то это сигнал к соответствующим действиям.

Задание 3. Напишите ответ на вопрос: «Кем я хочу быть в глазах других людей?» Это ваш идеальный имидж. Проанализируйте текст, проведите «инвентаризацию»: чем из того, что вы написали, вы уже обладаете, чего вам не хватает, от чего вам необходимо избавиться.

Задание 4. Исследуйте свой реальный имидж в данной группе. Студентам раздаются листки бумаги в количестве $(n - 1)$ каждому (n – число студентов в группе). Каждый член группы пишет пять качеств, которые он видит в каждом другом. Преподаватель собирает листки и отдает соответствующему члену группы. Для успешного проведения этого задания необходимо обеспечить в группе атмосферу доброжелательности, доверия, безопасности: повторить, что подписываться под листками не надо, что это только восприятие «здесь и сейчас», что результаты не будут оглашаться, и их узнает только адресат. По окончании – обсуждение: студенты высказывают свои впечатления. Запрещается вопрос «кто это написал».

Практическое занятие № 3

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Понятие психологической культуры
2. Функции психологической культуры
3. Компоненты психологической культуры и индивидуальность

Вопросы и задания для закрепления и обсуждения

Задание 1. Обсудите в подгруппах что такое психологическая культура. Приведите примеры людей, которые обладают психологической культурой.

Задание 2. 3. Используя методику О.И. Моткова «Психологическая культура личности (взрослый вариант)», определите уровень развития вашей психологической культуры. Ответьте на вопрос: «Почему уровень культурно-психологических стремлений личности зачастую оказывается гораздо выше, чем уровень их осуществления?».

Задание 3. Ознакомьтесь с содержанием статей О.В. Решетниковой «Безопасна ли психологическая культура?», «Культура в психологии и психология в культуре» и ответьте на вопросы:

Какую роль в общественной жизни и жизни отдельной личности играет сегодня психология как наука и психологическая культура в частности?

Какова роль психологических знаний и психологической культуры в системе школьного образования?

Какой миф относительно природы человека бытует в психологии и как это сказывается на общей культуре отношения к психологии?

Что современная психология может дать людям в плане общечеловеческих ценностей?

Каковы взаимоотношения общей и психологической культуры?

Как бы вы сами сформулировали определение понятия «психологическая культура»?

Зачем нужна психологическая культура, какую смысловую нагрузку несет данное понятие для преподавателя психологии?

Какое место занимает психологическая культура в структуре профессиональной культуры психолога в системе образования?

Задание 4. Обязательным ли на ваш взгляд является требование Я.Л. Коломинского концептуализировать психологическую культуру личности? Почему?

Задание 5. Какие показатели уровня развития психологической культуры вы бы добавили к выделенным О.И. Мотковым, Л.С. Колмогоровой, а какие определили бы в качестве основных диагностических показателей?

Задания для выполнения самостоятельной работы
по теме 2 «**Основы психолого-педагогической работы со спортсменами в зависимости от уровня индивидуальности**»

1. Человеческая природа в различных культурах
2. Культура и ненормальность

ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ
Семинарское занятие №1
Тема: «Социология семьи»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Формы брачно-семейных отношений, характерных для эпохи постмодерна.	1. Описать основные формы брачно-семейных отношений, характерных для эпохи постмодерна. 2. Провести сравнительный анализ основных форм брачно-семейных отношений, характерных для европейской и славянской культуры. 3. Охарактеризовать принципы построения патриархальной семьи.
2. Современная трансформация семейных отношений.	1. Объяснить причины кризиса современной семьи. 2. Описать основные тенденции построения семейных отношений. 3. Охарактеризовать основные проблемы современной семьи.
3. Типы семей.	1. Описать типы семей по структурным основаниям. 2. Описать типы семей по уровню благополучия.
4. Функции семьи.	1. Характеризовать основные функции семьи. 2. Объяснить что такое дисфункциональная семья.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Андреева, Т.В. Семейная психология : учеб. пособие / Т. В. Андреева. - СПб. : Речь, 2005. - 244 с.

2. Дружинин, В. И. Психология семьи / В. И. Дружинин. - 3-е изд. - СПб. : Питер-М, 2012. - 176 с.

3. Просекова, В. М. Психология семейных отношений [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. М. Просекова ; М-во образования и науки Рос. Федерации [и др.]. - Тюмень : ТГУ, 2011. - 196 с.

4. Ричардсон, Р. Семейные узы, которые связывают : Самоучитель по семейной терапии / Р. Ричардсон ; Пер. с англ. М.П.Смирновой. - Ростов н/Д : Феникс, 1997. - 256 с.

5. Сизонов, А.М. Этика и психология семейной жизни : Практикум / А. М. Сизонов. - Минск : Университетское, 1994. - 110 с.

Задания для самостоятельной работы к семинарскому занятию №1

1. Изучить мировую статистику в области семейных отношений (средний возраст вступления в брак, средний возраст рождения первого ребенка, количество детей, количество разводов).
2. Познакомиться с Кодексом о браке и семье Республики Беларусь

Управляемая самостоятельная работа:

«Социально-психологическая поддержка семей в Республике Беларусь» .

Практическое занятие №2

Тема: «Психология семейной системы»

Основные вопросы:

1. Представления о семье как о системе.
2. Признаки семьи как системы.
3. Законы гомеостаза и развития.
4. Свойства семьи как системы.

Групповая дискуссия на тему: «Мифы о браке и семье»

Цель: формирование адекватных представлений о семейной жизни.

Миф 1. Мужчины получают от брака больше выгод, чем женщины.

Миф 2. Самое главное в счастливой семейной жизни — это удача и любовь.

Миф 3. Пары, которые жили вместе до брака, гораздо стабильней, чем не

Миф 4. Люди, состоящие в браке, менее удовлетворены своей сексуальной жизнью и имеют меньшее количество сексуальных контактов, чем холостые.

Миф 5. Благодаря легализации разводов люди, состоящие в браке, гораздо более удовлетворены семейной жизнью, чем наши предки, вынужденные продолжать жить вместе, каким бы плохим ни был брак.

Ролевая игра «Семейный очаг»

Цель: формирование позитивного отношения к семейной жизни и осознание собственной позиции в вопросах брака и семьи.

Большинство людей живут в браке, имеют семью, воспитывают детей и заботятся о своих престарелых родителях. Но также существует мнение, что для того, чтобы удовлетворительно прожить жизнь, совсем не обязательно создавать семьи. Давайте обсудим эти точки зрения.

Для этого мы разделимся на две подгруппы и встанем в две линии лицом друг к другу. Первая группа играет роль сторонников семейного образа жизни. Ваша задача — убедить своего партнера в том, что без семьи человек не может

быть счастливым. Однако нужны не только слова, а серьезные доводы и аргументы, в том числе примеры из своей семьи.

Вторая группа — сторонники жизни без брака. Ваша задача, отвечая на все доводы и аргументы сторонников семейных уз, отстаивать свою точку зрения. Вам также нужны серьезные доводы, чтобы выглядеть убедительно.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Андреева, Т.В. Семейная психология : учеб. пособие / Т. В. Андреева. - СПб. : Речь, 2005. - 244 с.

2. Карabanова, О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / О. А. Карabanова. - М. : Гардарики, 2007. - 320 с.

3. Олифирова, Н.И. Терапия семейных систем / Н.И. Олифирова, Т.Ф. Велента, Т.А. Зинкевич-Куземкина. – СПб. : Речь, 2012. – 570 с.

4. Просекова, В. М. Психология семейных отношений [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. М. Просекова ; М-во образования и науки Рос.

5. Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2001. - 656 с. : ил.

6. Минухин, С. Техники семейной психотерапии / С. Минухин, Ч. Фишман. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 304 с.

7. Манухина, М. Созависимость глазами системного терапевта / Н. Манухина. – М.: Независимая фирма «Класс», 2009. – 280 с.

Задания для самостоятельной работы к практическому занятию №2

1. Познакомиться с понятием о коалициях в семейных системах С. Минухина.

2. Изучить особенности построения созависимой семейной системы.

Практическое занятие №3

Тема: «Психология семейной системы»

Основные вопросы:

1. Структурные параметры семейной системы.

2. Понятие о сплоченности семьи.

Знакомство с техникой «Семейная скульптура».

Знакомство с техникой «Семейное пространство».

Групповой тренинг: «Мотивы создания семьи».

Цель: выявление и коррекция представлений о мотивах вступления в брак.

Группа делится на подгруппы и, обсуждая мотивы вступления в брак, составляют их список.

Из полученного группового списка каждый выбирает и выписывает собственные наиболее актуальные мотивы вступления в брак. Затем необходимо их про ранжировать от наиболее важного (ему приписывается первый ранг) до наименее важного и обсудить это в группах из трех человек.

Управляемая самостоятельная работа: «Сплоченность семьи». Подобрать методы для повышения уровня сплоченности семьи.

Рекомендуемая для изучения литература:

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Андреева, Т.В. Семейная психология : учеб. пособие / Т. В. Андреева. - СПб. : Речь, 2005. - 244 с.

3. Олифирова, Н.И. Терапия семейных систем / Н.И. Олифирова, Т.Ф. Велента, Т.А. Зинкевич-Куземкина. – СПб. : Речь, 2012. – 570 с.

4. Просекова, В. М. Психология семейных отношений [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. М. Просекова ; М-во образования и науки Рос.

5. Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2001. - 656 с. : ил.

Задания для самостоятельной работы к практическому занятию №3

1. Изучить основные параметры, влияющие на удовлетворенность браком.
2. Рассмотреть понятие семейной совместимости, ее виды.
3. Познакомиться с факторами, влияющими на сексуальность в супружестве.

Практическое занятие №4

Тема: «Психология семейной системы»

Основные вопросы:

1. Процессуальные параметры семейной системы.
2. Механизмы функционирования семьи.

Познакомиться с техникой проведения циркулярного интервью.

Познакомиться с техникой «Конструктивный спор»

Познакомиться с техникой «Сравнение ценностей»

Упражнение «Нестандартная ситуация»

Цель: тренировка навыка решения семейных проблем.

Группа разбивается на пары. Предлагаются ситуации из семейной жизни:

Ситуация 1. На субботу у супругов разные планы: муж приглашен на корпоративную вечеринку, а жена — к подруге на день рождения. Каждый хочет провести этот вечер вдвоем.

Ситуация 2. Супруги решили сделать ремонт на кухне, но их вкусы не совпадают: он хочет видеть интерьер в стиле хай-тек, она — в стиле кантри и т. д.

Ситуация 3. Скоро Новый год, и нужно дарить подарки родственникам. Предложите список подарков родителям вашей «половины».

Ситуация 4. Вам сегодня предстоит прибить над окнами карнизы, постирать белье, купить продукты и приготовить обед, помыть посуду и полы, отнести вещи в химчистку и забрать обувь из ремонта. Предложите порядок дружных и согласованных действий мужа и жены.

Ситуация 5. У вашего партнера грустное настроение из-за неприятностей на работе, о которых она не хочет рассказывать. Поговорите с ней и окажите моральную поддержку.

Вопросы для обсуждения:

Какие способы убеждения были конструктивными?

Вы согласились (не согласились) с партнером? Почему

Рекомендуемая для изучения литература:

Задания для самостоятельной работы к практическому занятию №4

1. Изучить семейные традиции и ритуалы своей семьи. Сопоставить их с культурными особенностями и социальными установками.

Практическое занятие №5

Тема: «Психология семейной системы»

Основные вопросы:

1. Роль исторических параметров в жизни семьи.
2. Семейная история.
3. Семейный сценарий.

Работа с методикой «Геносоциогрмма».

Упражнение «Работа с семейной метафорой»

Цель: осознание участниками характера отношений в родительской семье.

Ведущий: «Вся жизнь человека проходит в семье. Если вам удастся увидеть, услышать и/или прочувствовать отношения, сложившиеся в родительской семье, то вы можете гораздо более успешно двигаться в своем личностном развитии, более успешно строить собственные семейные отношения. В течение 2-3 минут представьте отношения в родительской семье в виде метафоры (название сказки, пословица, поговорка, притча, басня, слова из песни и т. д.)».

Затем каждый участник группы представляет свою метафору.

Вопросы для обсуждения:

Какие важные аспекты семейных отношений отражает ваша метафора?

Хотелось бы вам сохранить и перенести данную метафору на собственные семейные отношения (предполагаемые либо уже существующие) или, напротив, хотелось бы что-то изменить?

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Андреева, Т.В. Семейная психология : учеб. пособие / Т. В. Андреева. - СПб. : Речь, 2005. - 244 с.

2. Олифинович, Н.И. Терапия семейных систем / Н.И. Олифинович, Т.Ф. Велента, Т.А. Зинкевич-Куземкина. – СПб. : Речь, 2012. – 570 с.

3. Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2001. - 656 с. : ил.

4. Хеллингер, Б. Порядки любви / Б. Хеллингер М.: Изд-во Института психотерапии, 2003. – 400 с.

Задания для самостоятельной работы к практическому занятию №5

1. Знакомство с методом семейных расстановок по Б.Хелленгеру.
2. Изучить теорию сиблинговых позиций.

Семинарское занятие №6
Тема: «Психология семейной системы»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Подготовка к семейной жизни. ролей и принятие факта появления в семье новой личности.	Описать феноменологию кризиса
2. Принятие супружеских обязательств.	Описать феноменологию кризиса
3. Освоение супругами родительских.	Описать феноменологию кризиса
4. Включение детей во внешние социальные структуры (детский сад, школа).	Описать феноменологию кризиса
5. Принятие факта достижения ребенком подросткового периода.	Описать феноменологию кризиса
6. Отделение выросшего ребенка.	Описать феноменологию кризиса
7. Супруги вновь остаются вдвоем.	Описать феноменологию кризиса
8. Принятие факта смерти одного из супругов.	Описать феноменологию кризиса

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Андреева, Т.В. Семейная психология : учеб. пособие / Т. В. Андреева. - СПб. : Речь, 2005. - 244 с.
2. Дружинин, В. И. Психология семьи / В. И. Дружинин. - 3-е изд. - СПб. : Питер-М, 2012. - 176 с.
3. Ключников, С. Ю. Семейные конфликты: практика решения / С. Ю. Ключников. - СПб. : Питер, 2002. - 160 с.
4. Олифинович, Н.И. Психология семейных кризисов / Н.И. Олифинович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента. – СПб. : Речь, 2006. – 360 с.
5. Пезешкиан, Н. Позитивная семейная психотерапия: семья как терапевт / Н. Пезешкиан ; Пер. с англ., нем. - 2-е изд., с изм. - М. : Культура, 1994. - 332 с. : ил.
6. Сизонов, А.М. Этика и психология семейной жизни : Практикум / А. М. Сизонов. - Минск : Университетское, 1994. - 110 с.

Задания для самостоятельной работы к семинарскому занятию №6

1. Типологии неправильного семейного воспитания.
2. Поощрения и наказания в различных психологических теориях.

Практическое занятие №7
Тема: «Психология семейной системы»

Основные вопросы:

1. Готовность к браку.

2. Виды готовности к браку.
3. Критерии готовности к браку.

Диагностика готовности к семейной жизни И.Ф.Юнда.

Групповая дискуссия «Верность».

Цель: формирование ценности верности в отношениях.

Как вы понимаете утверждение: „Хранить верность — это достоинство, познать верность — это честь" (М. Эбнер-Эшенбах). Согласны ли вы с этим утверждением?

Вопросы для обсуждения:

Что вы понимаете под верностью?

Что для каждого из вас значит верность?

Как вы относитесь к верности в браке?

Игра «Романтический остров»

Цель: развитие умения участников договариваться и принимать совместные решения.

Инструкция: «Разделитесь на пары и представьте, что вы — супруги. Вам удалось освободиться от всех срочных дел, обязательств и проектов, чтобы вдвоем провести целых две недели на прекрасном необитаемом острове.

Этап 1.

Вы можете взять с собой всего 10 предметов. Подумайте, что это за предметы, и составьте их список (сначала каждый из партнеров самостоятельно).

Этап 2.

Инструкция: «Согласуйте список с вашим партнером. На поиски компромисса у вас есть 5 минут».

Вопросы для обсуждения:

Что за предметы находились в вашем индивидуальном списке? Почему вы взяли

с собой именно эти предметы?

Какие проблемы возникли у вас при составлении списка для вашего партнера?

Как происходило обсуждение?

Теперь, после окончания споров и дискуссий, осталось ли у вас по-прежнему желание провести вместе прекрасные две недели?

Рекомендуемая для изучения литература:

1.Олифинович, Н.И. Терапия семейных систем / Н.И. Олифинович, Т.Ф. Велента, Т.А. Зинкевич-Куземкина. – СПб. : Речь, 2012. – 570 с.

2.Ричардсон, Р. Семейные узы, которые связывают : Самоучитель по семейной терапии / Р. Ричардсон ; Пер. с англ. М.П.Смирновой. - Ростов н/Д : Феникс, 1997. - 256 с.

3.Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2001. - 656 с. : ил.

Управляемая самостоятельная работа: «Виды готовности к браку», реферат.

Семинарское занятие №8

Тема: «Психологическая помощь семье»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Измена.	Описать феноменологию кризиса
2. Развод.	Описать феноменологию кризиса
3. Тяжелая болезнь.	Описать феноменологию кризиса
4. Смерть члена семьи.	Описать феноменологию кризиса

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Дружинин, В. И. Психология семьи / В. И. Дружинин. - 3-е изд. - СПб. : Питер-М, 2012. - 176 с.

2. Ключников, С. Ю. Семейные конфликты: практика решения / С. Ю. Ключников. - СПб. : Питер, 2002. - 160 с.

3. Куртышева, М. А. Как сохранить психологическое здоровье семьи / М. А. Куртышева. - СПб. : Питер, 2007. - 288 с.

4. Сизонов, А.М. Этика и психология семейной жизни : Практикум / А. М. Сизонов. - Минск : Университетское, 1994. - 110 с.

5. Целуйко, В. М. Родители и дети: психология взаимоотношений в семье / В. М. Целуйко. - Мозырь : Содействие, 2006. - 224 с.

6. Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2001. - 656 с. : ил.

Задания для самостоятельной работы к семинарскому занятию №8

1. Познакомиться с психологическими особенностями семей с усыновленным ребенком.

2. Проанализировать особенности кризиса вступления в повторный брак.

3. Изучить причины и признаки физического и сексуального насилия в семье.

Семинарское занятие №9

Тема: «Психологическая помощь семье»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Добрачное консультирование.	Охарактеризовать основные задачи, средства и методы добрачного консультирования
2. Психологическое консультирование молодой семьи.	Охарактеризовать основные задачи, средства и методы консультирования молодой семьи
3. Психологическое консультирование семьи с	Охарактеризовать основные задачи, средства и методы

маленькими детьми.	консультирования семьи с маленькими детьми.
4. Психологическое консультирование семьи с детьми дошкольного возраста.	Охарактеризовать основные задачи, средства и методы консультирования семьи с детьми дошкольного возраста.
5. Психологическое консультирование семьи с детьми младшего школьного возраста.	Охарактеризовать основные задачи, средства и методы консультирования семьи с детьми младшего школьного возраста.
6. Психологическое консультирование зрелой семьи. Подросток в семье.	Охарактеризовать основные задачи, средства и методы консультирования зрелой семьи.
7. Психологическое консультирование семей, находящихся на этапе, когда дети постепенно покидают дом и семей на стадии «пустого гнезда».	Охарактеризовать основные задачи, средства и методы консультирования семей на стадии «пустого гнезда»

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Дружинин, В. И. Психология семьи / В. И. Дружинин. - 3-е изд. - СПб. : Питер-М, 2012. - 176 с.

2. Карбанова, О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / О. А. Карбанова. - М. : Гардарики, 2007. - 320 с.

3. Ключников, С. Ю. Семейные конфликты: практика решения / С. Ю. Ключников. - СПб. : Питер, 2002. - 160 с.

4. Куртышева, М. А. Как сохранить психологическое здоровье семьи / М. А. Куртышева. - СПб. : Питер, 2007. - 288 с.

5. Олифинович, Н.И. Психология семейных кризисов / Н.И. Олифинович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента. – СПб. : Речь, 2006. – 360 с.

6. Пезешкиан, Н. Позитивная семейная психотерапия: семья как терапевт / Н. Пезешкиан ; Пер. с англ., нем. - 2-е изд., с изм. - М. : Культура, 1994. - 332 с. : ил.

7. Ричардсон, Р. Семейные узы, которые связывают : Самоучитель по семейной терапии / Р. Ричардсон ; Пер. с англ. М.П.Смирновой. - Ростов н/Д : Феникс, 1997. - 256 с.

8. Сизонов, А.М. Этика и психология семейной жизни : Практикум / А. М. Сизонов. - Минск : Университетское, 1994. - 110 с.

9. Уорден, М. Основы семейной психотерапии / М. Уорден ; пер. с англ. А.Ершова. - 4-е изд. - СПб.; М. : ПРАЙМ-Еврознак; Олма-пресс, 2005. - 256 с.

10. Целуйко, В. М. Родители и дети: психология взаимоотношений в семье / В. М. Целуйко. - Мозырь : Содействие, 2006. - 224 с.

11.Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2001. - 656 с. : ил.

Задания для самостоятельной работы к семинарскому занятию №9

1. Изучить основные мотивы рождения ребенка
2. Познакомиться с принципами осознанного родительства.
3. Изучить основы песочной терапии в работе с семьей.

Практическое занятие №10

Тема: «Психологическая помощь семье»

Основные вопросы:

1. Психодинамическая теория семьи.
2. Теория семейных систем М. Боуэна.
3. Психотерапия пар по методу В.Сатир
4. Структурный подход С. Минухина
5. Нарративный подход в работе с семьей
6. Эмоционально-фокусированная супружеская терапия
7. Системно-феноменологический подход в работе с семьей

Просмотр и анализ видеоматериалов проведения психологических консультаций в психодинамической модели, структурном подходе, эмоционально-фокусированном подходе и по методу В.Сатир.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Леви, Д. Семейная психотерапия, история, теория и практика / Д. Леви. – СПб.: Аима, 1993. – 346 с.
2. Минухин, С. Техники семейной психотерапии / С. Минухин, Ч. Фишман. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 304 с.
3. Сатир, В. Психотерапия семьи / В. Сатир. – СПб.: Ювента, 1999. – 283 с.
4. Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2001. - 656 с. : ил.

Задания для самостоятельной работы к семинарскому занятию №10

1. Методологические основания трансгенерационного подхода к семье.
2. Основные положения рационально-эмотивной теории о соотношении мышления, эмоций и поведения.
3. Методологические основания бихевиористической теории семьи.

Управляемая самостоятельная работа: «Современные направления оказания психологической помощи семье», реферат.

Практический раздел

Тема 5. Становление психологии как самостоятельной науки

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Характеристика первых программ психологии.
2. Развитие психологии в дореволюционной России.
3. Развитие прикладных отраслей психологии в начале XX века.

Темы рефератов

1. Сравнительный анализ подходов к построению психологии как самостоятельной науки Запада и России.
2. Развитие педологии в России.
3. Характеристика прикладных отраслей психологии.

Вопросы для закрепления и обсуждения

1. Назовите и оцените заслуги русских исследователей конца XIX - начала XX веков в области психических явлений
2. Охарактеризуйте предмет и методы экспериментальной психологии.
3. Раскрыть основные направления первых экспериментальных исследований.

Тема 7. Развитие психологии в России и Беларуси (практическое занятие)

Задания для подготовки к занятиям

1. Раскрыть основные этапы жизненного пути отечественных психологов и проанализировать основные их труды (один психолог)

Вопросы для закрепления и обсуждения

1. Какие факторы оказали преимущественное влияние на развитие российской психологии?
2. Какие проблемы были в центре внимания российских психологов в середине XIX в.?
3. В чем проявилась специфика подхода к проблеме личности в российской психологии?

Темы рефератов

1. Основные положения культурно-исторической концепции Л.С. Выготского.
2. Категория деятельности в работах А.Н. Леонтьева.
3. Основоположник отечественной нейропсихологии - А.Р. Лурия.

4. Функциональная периодизация деятельности в работах М.Я. Басова.
5. Генетическая теория памяти П.П. Блонского.
6. Основные положения системного подхода Б.Ф. Ломова.
7. Психофизиологический подход к изучению индивидуальных различий Б.М. Теплова.
8. Основные положения онтопсихологии Б.Г. Ананьева?
9. Целостный подход к изучению личности Л.И. Божович.
10. Основные положения теории поэтапного формирования умственных действий и понятий П.Я. Гальперина.
11. Основные положения теории установки Д.Н. Узнадзе.
12. Концепция периодизации детских возрастов и теории игры Д.Б. Эльконина.
13. Гомельский период жизни Л.С. Выготского и его деятельность в педагогическом техникуме г. Гомеля.
14. Развитие психологии в Беларуси в 20-30-е гг.
15. Общие тенденции развития психологии в 20-30-е гг.
16. Научно-педагогическая деятельность В.Н. Ивановского в 20-30-е гг. в Беларуси.
17. Жизнь и научная деятельность П.Я. Панкевича в области педагогики и психологии.
18. Научная деятельность С.Я. Вольфсона в Академии наук Беларуси.
19. Деятельность центральной психотехнической лаборатории при Наркомате труда БССР.
20. Развитие психотехники в Беларуси в 20-30-е гг.
21. Деятельность профессора С.М. Василейского на посту заведующего психотехнической лабораторией.
22. Научная деятельность А.А. Гайворовского в психотехнической лаборатории.
23. Жизнь и деятельность С.М. Вержбаловича в Беларуси.
24. Деятельность отделения логики, психологии и русского языка на филологическом факультете БГУ (1947-1955).
25. Развитие психологии в БГУ
26. Развитие психологии в БГПУ им. М. Танка.
27. Создание и деятельность общества психологов Беларуси.
28. История психологии в Беларуси в 60-70-е гг.
29. История психологии в Беларуси в 70-90-е гг.
30. Современное состояние развития психологии в Беларуси. Персоналии.

Тема 8. Современное состояние развития психологии

Задания для подготовки к занятиям

1. Актуальные проблемы психологии на современном этапе
2. Перспективы развития психологии в мире и в Республике Беларусь.

Вопросы для закрепления и обсуждения

4. Какие факторы оказывают преимущественное влияние на развитие психологии на современном этапе?

5. Какие проблемы были в центре внимания белорусских психологов в середине XIX в.?

Темы рефератов

31. История психологии в Беларуси в XX веке.
32. Особенности развития психологии в Беларуси в XX-XXI веках.
33. Современное состояние развития психологии в Беларуси. Персоналии.

Тема 10. Методы исследования психологии

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Понятие метода в психологии.
2. Подходы к классификации методов в психологии

Темы рефератов

1. Проблема метода исследования и его значение для науки.
2. Классификация методов по В.Е.Семенову.
3. Методы психологии по В.Н.Дружинину.
4. Классификация методов Н.И. Шевандрина.
5. Подход к классификации методов В.И.Слободчикова и Е.И.Исаева.

Вопросы для закрепления и обсуждения

1. Наблюдая за поведением ребенка, перечислить методы, с помощью которых можно было бы оценить его. Назвать условия и требования, которые должны выполняться для того, чтобы информация была вполне достоверной.

2. В чем познавательное значение метода моделирования психической деятельности человека или группы?

3. Сущность и роль метода эксперимента в научном исследовании. Обосновать наиболее важные условия эффективности его проведения. Этапы проведения эксперимента.

4. Дайте сущностную характеристику таких методов, как анкетирование, интервьюирование, тестирование, экспертный опрос и социометрия.

Тема 11. Психика как предмет изучения науки психологии

Тема 12. Сознание и бессознательное в психике человека

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Формы отражения
2. Понятие о психике, ее структура и функции.
3. Сознание и самосознание.
4. Сознательное и бессознательное в психике человека.
5. Различия психики животных и сознания человека.

Темы рефератов

1. Возможности разумного поведения животных. Думают ли животные?
2. Эволюция человека: врожденное и приобретенное.
3. Эмоциональная жизнь человека и животных.
4. Соотношение сознательного и бессознательного в психической жизни человека.

Вопросы для закрепления

1. Чем отличаются манипуляции обезьяны от предметных действий человека?
2. Как доказать экспериментально, что без психологического (сознательного) контроля невозможно любое действие человека, если только оно не является врожденным?
3. Можно ли признавать активность сознания и отрицать его относительную независимость от материального?
4. Материальными или идеальными являются процессы решения математических задач ЭВМ?

Учебные задания

Задание 1. Выделите слова (и затем охарактеризуйте каждое из приведенных понятий), которые обозначают:

- а). Природу психики, ее существенные свойства и отношения:
первичность, материальность, принципиальность, субъективность, вспылчивость, активность, субстанциональность, идеальность, осознанность, рефлекторность, решительность, вторичность, целеустремленность,

отражательность, объективность, сигнальность, раздражимость, функциональность, эмоциональность, самостоятельность, содержательность.

б). Психические явления:

слезы, нервный процесс, мышление, память, сон, смех, бег, информация, дыхание, воля, страх, любовь, вера, знания, ощущение, сердцебиение, инстинкт, биотоки мозга, анализатор, слух, ум, восприятие, настроение, интерес, боль, сочувствие, зависть, раздражение, чувствительность.

Задание 2. Из приведенных суждений отберите правильные и аргументируйте свой выбор.

1. Развитие психики определяется необходимостью приспособления организма к среде.

2. Уже у растений можно обнаружить примитивные формы психической организации.

3. Каждая новая ступень психического развития животных есть новый шаг в усложнении физической организации.

4. Развитие психики животных проходит стадии элементарной сенсорной и перцептивной психики.

5. Основу всех без исключения форм поведения животных составляют инстинкты.

6. Врожденный пусковой механизм инстинктивных поведенческих актов одинаков для всех видов животных.

7. У многих животных существует разделение труда с последовательной сменой функций.

8. Общение животных по своему содержанию и характеру аналогично общению людей.

9. Переход к человеческому сознанию связан только с изменением строения деятельности.

10. Активность сознания обусловлена внешними ситуативными воздействиями на человека.

Задание 3. Укажите, на каком уровне – сознательном или бессознательном – выполнено каждое действие?

1. В основе ходьбы лежат ощущения равновесия.

2. Семь раз отмерь, один раз отрежь.

3. В жизни каждого человека бывают случаи, когда он забывает совершить действия, обещанные кому-нибудь другому в его интересах.

4. Учащийся, после того как решил задачу, проверил правильность ее решения.

5. Некоторые люди часто и некстати употребляют «слова-паразиты».

Задание 2 «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» (по С. А. Будасси)

Выявить количественное выражение уровня самооценки. Оборудование: слова, характеризующие отдельные качества личности: аккуратность, беспечность, вдумчивость, вспыльчивость, восприимчивость, гордость, грусть, жизнерадостность, заботливость, завистливость, застенчивость, злопамятность, искренность, изысканность, капризность, легковерие, медлительность, мнительность, мстительность, настойчивость, нежность, непринужденность, нервозность, нерешительность, несдержанность, обаяние, обидчивость, осторожность, отзывчивость, педантичность, подвижность, подозрительность, принципиальность, поэтичность, презрительность, радушие, развязанность, рассудочность, решительность, самозабвение, сдержанность, сострадательность, стыдливость, терпеливость, трусость, увлекаемость, упорство, уступчивость, холодность, энтузиазм.

Порядок исследования:

Испытуемый внимательно просматривает список слов, характеризующих отдельные качества личности. На основе предложенного списка респондент выписывает во вторую колонку таблицы 20 значимых свойств личности, из которых 10 описывают идеального с точки зрения испытуемого человека, а другие 10 – отрицательные, то есть те, которые не в коем случае не должны быть у идеала.

После того, как заполнена вторая колонка таблицы, испытуемый начинает заполнять колонку X₁, работая со словами из второй колонки. Он должен описать **себя** таким образом, чтобы на первом месте колонки №1 стояло то качество, которое ему присуще больше всего, на втором месте – присуще, но менее, чем то качество, которое записано под №1 и т. д. Под номером 20 должно стоять то качество, которое испытуемому свойственно менее всего. Очередность положительных и отрицательных качеств в данном случае не учитывается. Главное – максимально достоверно описать себя.

После того, как выполнен этот этап работы, испытуемый заполняет колонку X₂. В ней он должен описать свой **идеал** человека, поставив на первое место в колонке то качество, которое, на его взгляд, должно быть выражено у идеального человека больше всего, на втором – выражено, но менее, чем первое и т. д. Под № 20 должно стоять то качество, которого в идеале практически не должно быть. Для заполнения данной колонки таблицы испытуемый должен работать только со словами из колонки №2. (Колонку №1 с описанием себя испытуемый должен закрыть листом бумаги на время заполнения колонки X₁).

В колонке №4 респондент должен подсчитать разность номеров рангов по каждому выписанному качеству. Например: такое свойство как «аккуратность» в первой колонке стоит на 1 ранговом месте, а в третьей – на 7. d будет равно 1–7= -6; такое качество как «отзывчивость» и в первой, и в третьей колонке стоит на 3 ранговом месте. В этом случае d будет равно 3–3=0; такое качество как «беспечность» в первой колонке стоит на 20 ранговом месте, а в третьей – на 2. В этом случае d будет равно 20–2=18 и т. д.

В колонке № 5 нужно подсчитать d² по каждому качеству.

В колонке № 6 подсчитывается сумма d², то есть $\sum d^2 = d_1^2 + d_2^2 + d_3^2 + \dots + d_{20}^2$.

X ₁	Качества	X ₂	d=X ₁ -X ₂	d ²	∑ d ²
1	1				
2	2				
...	...				
20	20				

Обработка и анализ результатов:

Необходимо подсчитать коэффициент ранговой корреляции по Спирмену:

$$R = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n^3 - n}, \text{ где } n - \text{ количество сравнительных пар.}$$

Так как в случае $n=20$ формула приобретает следующий вид:

$$R = 1 - 0,00075 \sum d^2, \text{ то легче подсчитывать по второй формуле.}$$

Значения R будут находится в пределах $[-1; +1]$. Если R находится в пределах $[-1; -0,5]$, то это свидетельствует о неприятии себя, о заниженной самооценке по невротическому типу.

Если $R = 0,1; 0,2; 0,3$, то самооценка заниженная.

Если $R = 0,4; 0,5; 0,6$, то самооценка адекватная.

Если $R = 0,7; 0,8; 0,9$, то самооценка завышена по невротическому типу.

Если $R = 1$, то самооценка завышенная.

Список слов

	АККУРАТНОСТЬ		НЕЖНОСТЬ
	БЕСПЕЧНОСТЬ		НЕПРИНУЖДЕННО
		СТЬ	
	ВДУМЧИВОСТЬ		НЕРВОЗНОСТЬ
	ВСПЫЛЬЧИВОСТЬ		НЕРЕШИТЕЛЬНОС
		ТЬ	
	ВОСПРИИМЧИВОС		НЕСДЕРЖАННОСТ
ТЬ		Ь	
	ГОРДОСТЬ		ОБАЯНИЕ
	ГРУСТЬ		ОБИДЧИВОСТЬ
	ЖИЗНЕРАДОСТНО		ОСТОРОЖНОСТЬ
СТЬ			
	ЗАБОТЛИВОСТЬ		ОТЗЫВЧИВОСТЬ
	ЗАВИСТЛИВОСТЬ		ПЕДАНТИЧНОСТЬ
	ЗАСТЕНЧИВОСТЬ		ПОДВИЖНОСТЬ
	ЗЛОПАМЯТНОСТЬ		ПОДОЗРИТЕЛЬНОС
		ТЬ	
	ИСКРЕННОСТЬ		ПРИНЦИПИАЛЬНО
		СТЬ	
	ИЗЫСКАННОСТЬ		ПОЭТИЧНОСТЬ
	КАПРИЗНОСТЬ		ПРЕЗРИТЕЛЬНОСТ
		Ь	
	ЛЕГКОВЕРИЕ		РАДУШИЕ
	МЕДЛИТЕЛЬНОСТ		РАЗВЯЗАННОСТЬ
Ь			
	МНИТЕЛЬНОСТЬ		РАССУДОЧНОСТЬ
	МСТИТЕЛЬНОСТЬ		РЕШИТЕЛЬНОСТЬ
	НАСТОЙЧИВОСТЬ		САМОЗАБВЕНИЕ
	СДЕРЖАННОСТЬ		СОСТРАДАТЕЛЬНО
		СТЬ	
	СТЫДЛИВОСТЬ		ТЕРПЕЛИВОСТЬ
	ТРУСОСТЬ		УВЛЕКАЕМОСТЬ
	УПОРСТВО		УСТУПЧИВОС ТЬ
	ХОЛОДНОСТЬ		ЭНТУЗИАЗМ

Бланк тестируемого

X_1	Качества	X_2	$d=X_1-X_2$	d^2	d^2	Σ
1	1	1				
2	2	2				
3	3	3				
4	4	4				
5	5	5				
6	6	6				
7	7	7				
8	8	8				
9	9	9				
10	10	10				
11	11	11				
12	12	12				
13	13	13				
14	14	14				
15	15	15				
16	16	16				
17	17	17				
18	18	18				
19	19	19				
20	20	20				

Тема 13. Категория деятельности в психологии

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Понятие индивидуального стиля деятельности.
2. Познавательная и исполняющая составляющие индивидуального стиля деятельности.
3. Причины выбора стиля деятельности.

Темы рефератов

1. Индивидуальный стиль деятельности спортсмена.
2. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности.
3. Роль индивидуального стиля в соревновательной и тренировочной деятельности.

Вопросы для закрепления и обсуждения

1. Понятие индивидуального стиля деятельности.
2. В каких, по вашему мнению, видах профессиональной деятельности такая особенность человека, как пониженная инициативность в установлении контактов с людьми, сдержанность в общении, будет благоприятным внутренним условием успеха и в каких – неблагоприятным (примерный набор профессий: чабан, проводник вагонов дальнего следования, осмотрщик вагонов дальнего следования, спортсмен, тренер спортивной команды, экскурсовод).

Учебные задания

Задание 1. Попробуйте рассмотреть свой стиль деятельности и стиль нескольких хорошо знакомых вам людей. Даже малое приращение в привычке анализировать стиль будет полезно. Программа анализа:

1. Видимые проявления своеобразия работы:

а) в протекании познавательной составляющей деятельности (развернутость или краткость ориентировки в среде; частый или редкий текущий контроль, преобладающая ориентация на предметную, социальную среду или свои переживания);

б) в протекании исполнительной деятельности (торопливость, медлительность; частые пробы и поправки или точность; рывкообразность, плавность и другие особенности, доставляемые наблюдением);

в) в области результатов деятельности (много продукта при умеренном качестве или, наоборот, мало, но при высоком качестве; другие варианты).

Задание 2. Предполагаемые причины наблюдаемого стиля:

а) в области внутренних условий (стойкие особенности психического склада, осведомленность, опыт, наличие навыков, приемов саморегуляции);

б) в области внешних предметных условий (наличие или отсутствие хороших образцов продукта, инструментов, материалов);

в) в области внешних социальных условий (имеются или отсутствуют традиции обмена опытом, сплочена или разобщена группа участников работы, коллег, особенности межличностных взаимоотношений).

Задание 3. Проекты рекомендаций по улучшению стиля (узнать о приемах саморегуляции, о требованиях к продукту, лучше узнать друг о друге в группе).

Будьте осторожны с выдачей рекомендаций, советов другим людям: не все любят, когда их «учат жить»; рекомендации можно формулировать в виде вопросов (А почему бы не ..., А что если...).

ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Семинарское занятие №1

Тема: «Представление и воображение»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Виды представлений.	1. Охарактеризуйте основания для классификации и виды представлений.
2. Характеристика пространственных и двигательных представлений.	1. Опишите особенности двигательных представлений. 2. Дайте характеристику пространственным представлениям и их роли в спортивной деятельности.
3. Формы воображения.	1. Представьте формы проявления воображения.
4. Механизмы воображения	1. Приведите примеры различных образов воображения, описывая механизмы их создания.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Вайнштейн, Л.А. Общая психология : курс лекций: в 2 ч. Ч. 1 / Л. А. Вайнштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. - Минск : БГУ, 2003. - 156 с.
2. Годфруа, Ж. Что такое психология: В 2-х т. / Ж. Годфруа. Пер. с фр. – М.: Мир, 1996. – 496 с.
3. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии/Р.М.Грановская. - Л.: Изд-во Ленингр. Ун-та, 1988. - 560 с.
4. Зинченко, Т.П. Память в экспериментальной и когнитивной психологии/ Т.П. Зинченко. - СПб.: Питер, 2002. –320 с.
5. Лурия, А.Р. Лекции по общей психологии / А.Р. Лурия. – СПб.: Питер, 2004. – 320 с.
6. Маклаков, А.Г. Общая психология: Учебник для вузов/ А.Г. Маклаков. - СПб.: Питер, 2003.- 582 с.
7. Познавательные психические процессы /Сост. и общая ред. А.Г.Маклакова. СПб.: Питер, 2001. - 480 с.
8. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии/ С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 2003.- 720 с.
9. Розет, И.М. Психология фантазии. Экспериментально-теоретическое исследование внутренних закономерностей продуктивной умственной деятельности / И.М. Розет. – Минск: БГУ, 1977.
10. Родари, Дж. Грамматика фантазии/ Дж. Родари. – М., 1978.
11. Хрестоматия по психологии: учеб. пособие для ст-овпед. ин-тов/ Сост. В.В. Мироненко. Под ред. А.В. Петровского. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1987. – 447 с.

Семинарское занятие № 2

Тема: «Внимание» ДОЛЖНА БЫТЬ ПАМЯТЬ

			СЕ МИ Н	ПР АК Т		
М-2	Психические процессы и состояния	34	8	32	6	
14	Ощущения и восприятие	4	-	4	2	Устный опрос
15	Представление и воображение	4	2	4	-	Письменная контрольная работа
16	Память	4	2	4	2	Устный опрос
17	Мышление и речь	6	-	4	-	Устный опрос
18	Внимание	2	2	2	-	Письменный коллоквиум
19	Волевые процессы	2	-	4	-	Устный опрос
20	Эмоциональные процессы	6	2	4	2	Устный опрос
21	Психические состояния человека	6	-	4	-	Письменный коллоквиум
М-К₂	Контроль успеваемости по СМ-2 «Психические процессы и состояния»			2		Письменное тестирование

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Теории внимания.	1. Сравните разные подходы к пониманию внимания. 2. Опишите особенность теории Рибо. 3. Дайте характеристику теории Гальперина.
2. Физиологические механизмы внимания.	1. Охарактеризуйте периферические и центральные механизмы внимания. 2. Раскройте сущность понятия «предвнимание».
3. Свойства внимания.	1. Дайте характеристику видам спорта с точки зрения требований к свойствам внимания.
4. Основные виды внимания.	1. Охарактеризуйте особенности и причины проявления непроизвольного внимания. 2. Охарактеризуйте особенности и причины проявления произвольного внимания. 3. Опишите способы развития наблюдательности в спорте.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Вайнштейн, Л. А. Общая психология: Курс лекций в 2 ч. Ч. 1 / Л.А.Вайнштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. - Минск : БГУ, 2003. - 156 с.
2. Когнитивная психология. Учебник для студентов высших учебных заведений /Под ред. В.Н.Дружинина, Д.В.Ушакова. – М.: ПЕР СЭ, 2002.
3. Лурия, А.Р. Лекции по общей психологии / А.Р. Лурия. – СПб.: Питер, 2004. – 320 с.
4. Маклаков, А.Г. Общая психология: Учебник для вузов / А.Г. Маклаков. - СПб.: Питер, 2003.- 582 с.
5. Регущ, Л. А. Практикум по наблюдению и наблюдательности /Л.А.Регущ. - 2-е изд., перераб. и доп. - СПб: Питер, 2008. - 208 с.
6. Романов, В.Я. Психология внимания/ В.Я. Романов, Ю.Б. Дормашев. – М., 1995.
7. Солсо, Р. Когнитивная психология /Р. Солсо. - СПб.: Питер, 2002. -592 с.
8. Хрестоматия по вниманию / Под ред. А.Н. Леонтьева и др. – М.: Изд-во МГУ, 1976. - 295 с.

Семинарское занятие № 4

Тема: «Эмоциональные процессы»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Теории эмоций.	1. Охарактеризуйте физиологические теории эмоций. 2. Представьте в примерах парадоксальную теорию Джемса-Ланге. 2. Раскройте сущность информационной теории П.Симонова.
2. Виды эмоционального реагирования.	1. Представьте различные основания для классификации эмоциональных явлений. 2. Опишите основные эмоциональные состояния. 3. Дайте характеристику аффекту.
3. Основные свойства и виды чувств.	1. Опишите отличительные особенности чувств. 2. Назовите основные свойства чувств человека. 3. Дайте характеристику основным чувствам человека.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Бойко, В.В. Энергия эмоций / В.В. Бойко. – 2-е изд., доп. и перераб.- Спб.: Питер, 2004. – 474 с.
2. Бреслав, Г.М. Психология эмоций/Г.М.Бреслав. - М.: Смысл; Издательский цент «Академия», 2004. - 544 с.
3. Вилюнас, В. Психология эмоций/В.Вилюнас. - СПб.: Питер, 2004. - 496 с.
4. Выготский, Л.С. Учение об эмоциях /Л.С. Выготский //Собр. соч. – М., 1984. – С. 90-318.
5. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии/Р.М.Грановская. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1988. - 560 с.
6. Грачева, Л.В. Эмоциональный тренинг: искусство властвовать собой. Самоиндукция эмоций, упражнения актерского тренинга, исследования / Л.В. Грачева. – СПб.: Изд-во «Речь», 2004. – 120 с.
7. Изард, Е.Э. Психология эмоций/Е.Э Изард. – СПб.: Питер, 1999.- 460 с.
8. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства/Е.П. Ильин. - СПб: Питер, 2002. - 749 с.
9. Психология эмоций. Тексты. /Под ред. В.К.Вилюнаса, Ю.Б.Гиппенрейтер. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – 286 с.
- 10.Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии/С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2003. - 720 с.

Практическое занятие № 1

Тема: «Ощущения и восприятие»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Характеристика порогов чувствительности.	1. Исследование абсолютного нижнего порога зрительной, мышечно-двигательной и тактильной чувствительности.
2. Основные свойства и закономерности ощущений.	1. Решение психологических задач для изучения основных свойств и закономерностей ощущений.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы: учеб.пособие для студентов специальности "Психология" учреждений, обеспечивающих получение высшего образования : в 3 ч. Ч. 2 /В.М. Козубовский. – Мн.: Амалфея, 2004. - 368 с.
2. Лобанов, А.П. Сенсорно-перцептивные процессы в общей и педагогической психологии /А.П.Лобанов, С.И.Коптева, С.М.Стародынова, А.В.Чаус. - Витебск, 1997.
3. Практикум по психологии : учеб.пособие для студентов ун-тов / под ред. А. Н. Леонтьева, Ю. Б. Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1972.
4. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие /Под общей ред. А. А. Крылова, С.А.Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
5. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний/ Сост.: Е.П.Дыгун, М.А.Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
6. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры /Под общ.ред. канд. психол. наук, доцента Д.Я.Богдановой и доктора психол. наук, профессора И.П.Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159.
7. Регуш, Л. А. Практикум по наблюдению и наблюдательности /Л.А.Регуш. - 2-е изд., перераб. и доп. - СПб: Питер, 2008. - 208 с.
8. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб.пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
9. Сборник задач по общей психологии/Под ред. профессора В.С.Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.
10. Таратунский, Ф.С. Задачи и упражнения по общей психологии /Ф.С.Таратунский, Н.Ф. Таратунская. – Минск: Изд-во «Университетское», 1988. – 176 с.

Практическое занятие № 2

Тема: «Ощущения и восприятие»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Основные свойства восприятия.	1. Решение психологических задач для изучения основных свойств восприятия.
2. Индивидуальные особенности восприятия времени, пространства, движения, человека человеком.	1. Исследование восприятия времени в парах. 2. Исследование восприятия пространства. 3. Решение психологических задач для изучения основных видов восприятия.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы: учеб.пособие для студентов специальности "Психология" учреждений, обеспечивающих получение высшего образования: в 3 ч. Ч. 2 /В.М.Козубовский. – Мн.: Амалфея, 2004. - 368 с.
2. Лобанов, А.П. Сенсорно-перцептивные процессы в общей и педагогической психологии /А.П.Лобанов, С.И.Коптева, С.М.Стародынова, А.В.Чаус. - Витебск, 1997.
3. Практикум по психологии : учеб.пособие для студентов ун-тов / под ред. А. Н. Леонтьева, Ю. Б. Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1972.
4. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие /Под общей ред. А. А. Крылова, С.А.Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
5. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний/Сост.: Е.П. Дыгун, М.А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
6. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры /Под общ.ред. канд. психол. наук, доцента Д.Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И.П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159.
7. Регуш, Л. А. Практикум по наблюдению и наблюдательности /Л.А.Регуш. - 2-е изд., перераб. и доп. - СПб: Питер, 2008. - 208 с.
8. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб.пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
9. Сборник задач по общей психологии/Под ред. профессора В.С.Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.
10. Таратунский, Ф.С. Задачи и упражнения по общей психологии /Ф.С.Таратунский, Н.Ф. Таратунская. – Минск: Изд-во «Университетское», 1988. – 176 с.

Практическое занятие № 3

Тема: «Представление и воображение»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Особенности представлений как психического познавательного процесса.	1. Решение психологических задач для изучения основных видов представлений.
2. Основные виды представлений.	1. Изучение особенностей мышечно-двигательных представлений. 2. Ознакомление с особенностями идеомоторных актов и основами идеомоторной тренировки. 3. Изучение пространственных представлений.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы: учеб. пособие для студентов специальности "Психология" учреждений, обеспечивающих получение высшего образования: в 3 ч. Ч. 2 / В. М. Козубовский. – Мн.: Амалфея, 2004. - 368 с.
2. Практикум по психологии: учеб. пособие для студентов ун-тов / под ред. А. Н. Леонтьева, Ю. Б. Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1972.
3. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие / Под общей ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
4. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний / Сост.: Е. П. Дыгун, М. А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
5. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры / Под общ. ред. канд. психол. наук, доцента Д. Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И. П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159.
6. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб. пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
7. Сборник задач по общей психологии / Под ред. профессора В. С. Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.

Практическое занятие № 4

Тема: «Представление и воображение»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Формы и механизмы воображения	1. Решение психологических задач для изучения форм и механизмов воображения. 2. Ознакомление с проективными методиками диагностики в психологии. 2. Ознакомление с техниками работы в арттерапии.
2. Приемы развития творческого воображения.	1. Ознакомление с техниками визуализации.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы: учеб.пособие для студентов специальности "Психология" учреждений, обеспечивающих получение высшего образования: в 3 ч. Ч. 2 /В.М.Козубовский. – Мн.: Амалфея, 2004. - 368 с.
2. Практикум по психологии: учеб.пособие для студентов ун-тов / под ред. А. Н. Леонтьева, Ю. Б. Гипшенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1972.
3. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие /Под общей ред. А. А. Крылова, С.А.Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
4. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний/Сост.: Е.П. Дыгун, М.А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
5. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры /Под общ.ред. канд. психол. наук, доцента Д.Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И.П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159.
6. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб.пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
7. Сборник задач по общей психологии/Под ред. профессора В.С.Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.

Практическое занятие № 5

Тема: «Память»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Виды памяти	1. Решение психологических задач для изучения видов памяти. 2. Изучение объема кратковременной и долговременной памяти. Изучение особенностей произвольного и произвольного запоминания.
2. Процессы памяти.	1. Решение психологических задач для изучения процессов памяти.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы: учеб.пособие для студентов специальности "Психология" учреждений, обеспечивающих получение высшего образования: в 3 ч. Ч. 2 /В.М.Козубовский. – Мн.: Амалфея, 2004. - 368 с.
2. Практикум по психологии: учеб.пособие для студентов ун-тов / под ред. А. Н. Леонтьева, Ю. Б. Гипшенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1972.
3. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие /Под общей ред. А. А. Крылова, С.А.Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
4. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний/Сост.: Е.П. Дыгун, М.А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
5. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры /Под общ.ред. канд. психол. наук, доцента Д.Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И.П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159.
6. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб.пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
7. Сборник задач по общей психологии/Под ред. профессора В.С.Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.

Практическое занятие № 6

Тема: «Память»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Процесс запоминания.	1. Решение психологических задач для изучения факторов, способствующих лучшему запоминанию материала.
2. Рациональные приемы запоминания.	1. Изучение рациональных приемов развития памяти.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы: учеб.пособие для студентов специальности "Психология" учреждений, обеспечивающих получение высшего образования: в 3 ч. Ч. 2 /В.М.Козубовский. – Мн.: Амалфея, 2004. - 368 с.
2. Практикум по психологии: учеб.пособие для студентов ун-тов / под ред. А. Н. Леонтьева, Ю. Б. Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1972.
3. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие /Под общей ред. А. А. Крылова, С.А.Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
4. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний/Сост.: Е.П. Дыгун, М.А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
5. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры /Под общ.ред. канд. психол. наук, доцента Д.Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И.П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159.
6. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб.пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
7. Сборник задач по общей психологии/Под ред. профессора В.С.Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.

Практическое занятие № 7

Тема: «Мышление и речь»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Виды и формы мышления.	1. Решение психологических задач для изучения видов мышления. 2. Исследование интеллектуальных способностей.
2. Операции мышления.	1. Решение психологических задач для изучения операций мышления.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы: учеб.пособие для студентов специальности "Психология" учреждений, обеспечивающих получение высшего образования: в 3 ч. Ч. 2 /В.М.Козубовский. – Мн.: Амалфея, 2004. - 368 с.
2. Практикум по психологии: учеб.пособие для студентов ун-тов / под ред. А. Н. Леонтьева, Ю. Б. Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1972.
3. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие /Под общей ред. А. А. Крылова, С.А.Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
4. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний/Сост.: Е.П. Дыгун, М.А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
5. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры /Под общ.ред. канд. психол. наук, доцента Д.Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И.П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159.
6. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб.пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
7. Сборник задач по общей психологии/Под ред. профессора В.С.Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.
8. головоломки

Практическое занятие № 8

Тема: «Мышление и речь»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Творческое и критическое мышление.	1. Изучение способов активизации творческого мышления. 2. Решение задач творческого характера.
2. Виды речи.	1. Решение психологических задач для изучения видов речи.
3. Особенности внутренней речи.	1. Исследование особенностей внутренней речи.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы: учеб. пособие для студентов специальности "Психология" учреждений, обеспечивающих получение высшего образования: в 3 ч. Ч. 2 / В. М. Козубовский. – Мн.: Амалфея, 2004. - 368 с.
2. Практикум по психологии: учеб. пособие для студентов ун-тов / под ред. А. Н. Леонтьева, Ю. Б. Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1972.
3. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие / Под общей ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
4. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний / Сост.: Е. П. Дыгун, М. А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
5. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры / Под общ. ред. канд. психол. наук, доцента Д. Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И. П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159.
6. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб. пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
7. Сборник задач по общей психологии / Под ред. профессора В. С. Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.
8. Головол

Практическое занятие № 9

Тема: «Внимание»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Свойства внимания.	1. Исследование свойств внимания.
2. Виды внимания.	1. Изучение способов привлечения внимания. 2. Тренинг развития наблюдательности.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы: учеб. пособие для студентов специальности "Психология" учреждений, обеспечивающих получение высшего образования: в 3 ч. Ч. 2 / В. М. Козубовский. – Мн.: Амалфея, 2004. - 368 с.
2. Практикум по психологии: учеб. пособие для студентов ун-тов / под ред. А. Н. Леонтьева, Ю. Б. Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1972.
3. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие / Под общей ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
4. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний / Сост.: Е. П. Дыгун, М. А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
5. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры / Под общ. ред. канд. психол. наук, доцента Д. Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И. П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159.
6. Регуш, Л. А. Практикум по наблюдению и наблюдательности / Л. А. Регуш. - 2-е изд., перераб. и доп. - СПб: Питер, 2008. - 208 с.
7. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб. пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
8. Сборник задач по общей психологии / Под ред. профессора В. С. Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.

Практическое занятие № 10

Тема: «Волевые процессы»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Структура волевого действия.	1. Решение психологических задач для изучения структуры волевого действия.
2. Виды волевых качеств.	1. Решение психологических задач для изучения волевых качеств. 2. Исследование волевых качеств. 3. Изучение стратегий развития волевых качеств.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Ильин, Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин.- СПб.: Питер, 2000. – 288 с.
2. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие /Под общей ред. А. А. Крылова, С.А.Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
3. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний/Сост.: Е.П. Дыгун, М.А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
4. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры /Под общ.ред. канд. психол. наук, доцента Д.Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И.П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159 с.
5. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб.пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
6. Сборник задач по общей психологии/Под ред. профессора В.С.Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.

Практическое занятие № 11

Тема: «Волевые процессы»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Волевые состояния человека.	1. Решение психологических задач для изучения волевых состояний человека. 2. Исследование волевых состояний.
2. Волевая регуляция поведения и деятельности.	1. Изучение способов волевой регуляции поведения и деятельности. 2. Исследование уровня волевой регуляции.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Ильин, Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин.- СПб.: Питер, 2000. – 288 с.
2. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие /Под общей ред. А. А. Крылова, С.А.Маничева. - 2-е изд., доп. и перераб. - СПб: Питер, 2001. - 560 с.
3. Практикум по общей психологии: методики и опыты, психологические задачи, материал для контроля знаний/Сост.: Е.П. Дыгун, М.А. Дыгун. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2004. – 106 с.
4. Практические занятия по психологии. Пособие для ин-тов физической культуры /Под общ.ред. канд. психол. наук, доцента Д.Я. Богдановой и доктора психол. наук, профессора И.П. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 159 с.
5. Сапогова, Е. Е. Задачи по общей психологии : учеб.пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. - М: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
6. Сборник задач по общей психологии/Под ред. профессора В.С.Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 206 с.

Практическое занятие № 12

Тема: «Эмоциональные процессы»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Виды эмоционального реагирования.	1. Решение психологических задач для изучения видов эмоционального реагирования.
2. Функции эмоций.	1. Решение психологических задач для изучения основных функций эмоций.
3. Компоненты эмоционального реагирования.	1. Изучение базовых эмоций человека. 2. Развитие способности к распознаванию внешних проявлений эмоций.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Бойко, В.В. Энергия эмоций / В.В. Бойко. – 2-е изд., доп. и перераб.- Спб.: Питер, 2004. – 474 с.
2. Бреслав, Г.М. Психология эмоций /Г.М.Бреслав. - М.: Смысл; Издательский цент «Академия», 2004. - 544 с.
3. Вилюнас, В. Психология эмоций /В.Вилюнас. - СПб.: Питер, 2004. - 496 с.
4. Выготский, Л.С. Учение об эмоциях /Л.С. Выготский //Собр. соч. – М., 1984. – С. 90-318.
5. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии /Р.М.Грановская. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1988. - 560 с.
6. Грачева, Л.В. Эмоциональный тренинг: искусство властвовать собой. Самоиндукция эмоций, упражнения актерского тренинга, исследования / Л.В. Грачева. – СПб.: Изд-во «Речь», 2004. – 120 с.
7. Изард, Е.Э. Психология эмоций /Е.Э Изард. – СПб.: Питер, 1999.- 460 с.
8. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства /Е.П. Ильин. - СПб: Питер, 2002. - 749 с.
9. Психология эмоций. Тексты. /Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – 286 с.
10. **Рожина**
11. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии /С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2003. - 720 с.

Практическое занятие № 13

Тема: «Эмоциональные процессы»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Эмоциональные свойства человека.	1. Изучение эмоционального типа личности.
2. Эмоциональные способности человека.	1. Развитие чувствительности к собственным эмоциям как профессионально важного качества. 2. Исследование эмпатии как эмоциональной способности человека.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Бойко, В.В. Энергия эмоций / В.В. Бойко. – 2-е изд., доп. и перераб.- Спб.: Питер, 2004. – 474 с.
2. Бреслав, Г.М. Психология эмоций/Г.М.Бреслав. - М.: Смысл; Издательский цент «Академия», 2004. - 544 с.
3. Вилюнас, В. Психология эмоций/В.Вилюнас. - СПб.: Питер, 2004. - 496 с.
4. Выготский, Л.С. Учение об эмоциях /Л.С. Выготский //Собр. соч. – М., 1984. – С. 90-318.
5. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии/Р.М.Грановская. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1988. - 560 с.
6. Грачева, Л.В. Эмоциональный тренинг: искусство властвовать собой. Самоиндукция эмоций, упражнения актерского тренинга, исследования / Л.В. Грачева. – СПб.: Изд-во «Речь», 2004. – 120 с.
7. Изард, Е.Э. Психология эмоций/Е.Э Изард. – СПб.: Питер, 1999.- 460 с.
8. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства/Е.П. Ильин. - СПб: Питер, 2002. - 749 с.
9. Психология эмоций. Тексты. /Под ред. В.К.Вилюнаса, Ю.Б.Гиппенрейтер. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – 286 с.
10. **Рожина**
11. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии/С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2003. - 720 с.

Практическое занятие № 14

Тема: «Психические состояния человека»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Основные характеристики психических состояний.	1. Решение психологических задач для изучения основных характеристик психических состояний.
2. Виды психических состояний.	1. Решение психологических задач для изучения видов психических состояний. 2. Развитие способности к распознаванию внешних признаков некоторых психических состояний.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии /Р.М.Грановская. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1988. - 560 с.
2. Ильин, Е.П. Психофизиология состояний человека /Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2005. – 411 с.
3. Маклаков, А.Г. Общая психология /А.Г. Маклаков. - СПб: Питер, 2003.- 582 с.
4. Психология состояний. Хрестоматия /Под ред. А.О. Прохорова. - М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. – 608 с.
5. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия /Сост. А.Е. Тарас, К.В. Сельченко. - Минск.: Харвест, М.: АСТ, 2000.- 476 с.
6. Психология экстремальных ситуаций: учеб пособие для студ. высш. учеб.заведений /Т.Н. Гуренкова, И.Н. Елисеева, Т.Ю. Кузнецова и др., под общ. Ред. Ю.С. Шойгу. – Смысл: Издательский центр Академия, 2009. - 320 с.
7. Психические состояния /Сост. и общая редакция Л.В. Куликова. – СПб: Питер, 2000.-
8. Практикум по психологии состояний: Учеб. пособие /Под ред. А.О. Прохорова. - СПб.: Речь. - 480 с.

Практическое занятие № 15

Тема: «Психические состояния человека»

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Стресс, его виды и фазы.	1. Решение психологических задач для изучения особенностей стресса как состояния. 2. Самооценка индивидуальных стресс-факторов.
2. Фрустрация, причины, условия возникновения, формы поведения человека	1. Решение психологических задач для изучения особенностей фрустрации как состояния. 2. Ретроспективный анализ индивидуальных особенностей переживания состояния фрустрации в спорте.
3. Агрессия как психическое состояние и ее виды.	1. Исследование видов агрессии.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Бэрн, Р., Агрессия / Р. Бэрн, Д. Ричардсон. – СПб.: Питер, 1997. – 336 с.
2. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии /Р.М.Грановская. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1988. - 560 с.
3. Ильин, Е.П. Психофизиология состояний человека /Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2005. – 411 с.
4. Маклаков, А.Г. Общая психология /А.Г. Маклаков. - СПб: Питер, 2003.- 582 с.
5. Психология состояний. Хрестоматия /Под ред. А.О. Прохорова. - М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. – 608 с.
6. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия /Сост. А.Е. Тарас, К.В. Сельченков. - Минск.: Харвест, М.: АСТ, 2000.- 476 с.
7. Психология экстремальных ситуаций: учеб пособие для студ. высш. учеб.заведений /Т.Н. Гуренкова, И.Н. Елисеева, Т.Ю. Кузнецова и др., под общ. Ред. Ю.С. Шойгу. – Смысл: Издательский центр Академия, 2009. - 320 с.
8. Психические состояния /Сост. и общая редакция Л.В. Куликова. – СПб: Питер, 2000.-
9. Практикум по психологии состояний: Учеб. пособие /Под ред. А.О. Прохорова. - СПб.: Речь. - 480 с.

Практическое занятие № 15

Контроль успеваемости по СМ-2 «Психические процессы и состояния»

НУЖНЫ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПИСЬМЕННОГО ТЕСТИРОВАНИЯ

Перечень заданий для управляемой самостоятельной работы студентов:

Тема 14 Ощущения и восприятие

Практическое задание: Конспектирование и анализ Главы 2 «Сенсорная депривация» учебного пособия Е.Г.Алексеевской «Личность в условиях психической депривации».

Тема 16 Память

Практическое задание: Конспектирование и анализ книги А.Р.Лурия «Маленькая книжка о большой памяти».

Тема 20. Эмоциональные процессы

Практическое задание: Конспектирование и анализ первоисточников: Г.Ланге «Душевные движения», Д.Г.Трунов «Синдром эмоционального выгорания», Е.П.Ильин «Эмоциональный стресс».

Практический раздел

Семинарское занятие № 1

Тема «Современные концепции обучения и организации учебной деятельности»

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Ассоциативно-рефлекторная теория
2. Теория П.Я.Гальперина о поэтапном формировании понятий и умственных действий
3. Концепция развивающего обучения Д.Б.Эльконина – В.В.Давыдова.
4. Особенности проблемного обучения
5. Суггестопедия и гипнопедия
6. Программированное обучение (Б.Скиннер)

Вопросы и задания для закрепления и обсуждения

Задание 1. Раскройте основные понятия темы: учебная деятельность, учение, научение, обучение, знания, умения, навыки, познавательные процессы, проблемное обучение, дифференциация обучения, индивидуализация обучения, развивающее обучение.

Задание 2. Подготовьте реферат (научное сообщение) на одну из тем:

1. Личностно-ориентированное обучение.
2. Проблемное обучение в современной школе.
3. От развивающего обучения к развивающему образованию.
4. Проблема оптимизации обучения в научно-фантастической литературе.
5. Теория П.Я. Гальперина о поэтапном формировании умственных действий.
6. Рефлексивно-деятельностный подход в обучении.
7. Интерактивное обучение.
8. Стили обучения с учетом модальности восприятия и полушарных стратегий.
9. Проблемы обучения леворукого ребенка.
10. Обучаемость и её диагностика.

Задание 3. Ответьте на вопросы:

- Как соотносятся между собой обучение и развитие?
- Как сенситивный период связан с обучением?
- Назовите компоненты структуры учебной деятельности.
- Какие существуют виды научения?
- В чем отличие развивающего обучения по В.В.Давыдову от традиционного?
- Сформулируйте принципы развивающего обучения по Занкову Л.В
- В чем суть проблемного обучения?
- Перечислите виды знаний.

Семинарское занятие № 2

Тема «Психологические аспекты современных методов обучения»

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Психологическое обоснование принципов обучения
2. Интерактивные методы обучения показатели обучаемости
3. Особенности обучения в разных возрастах

Вопросы и задания для закрепления и обсуждения

Задание 1. Сделайте краткий сравнительный анализ психического развития в младшем школьном, подростковом, старшем школьном возрасте.

Задание 2. Подготовьте тематическое сообщение на одну из тем:

1. Развитие и формирование личности младшего школьника в учебной деятельности.
2. Влияние авторитета учителя на развитие личности младшего школьника.
3. Особенности учебной деятельности подростка.
4. Условия формирования самоконтроля и самооценки учебной деятельности.
5. Мотивация учения. Проблемы успеваемости подростков
6. Развитие интеллекта как совокупности сенсорно-перцептивных, мнемических и аттенционных функций.
7. Обучаемость и уровень психического развития младшего школьника.
8. Учебная деятельность как средство реализации жизненных планов и развития личностной рефлексии.
9. Исследования проблем профессиональной ориентации старших школьников.
10. Депривация в общении и ранняя сенсорно-двигательная депривация.
11. Значение игр с правилами в подготовке ребенка к школе.

Задание 3. Подберите научную литературу, посвященную проблеме образования одаренных детей. Подготовьте аннотацию по одной из монографий (статей) данной тематики.

Практическое занятие № 1

Тема «Основы психологии воспитания»

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Психологическое обоснование принципов воспитания
2. Психологическое обоснование методов и средств воспитательной работы
3. Проблемы семейного воспитания

Вопросы и задания для закрепления и обсуждения

1. Какие приемы и методы самовоспитания Вы знаете? Каким образом можно сделать воспитание важных качеств личности или искоренение вредных привычек наименее проблемным? Почему самовоспитание связывают с самооценкой? Приведите примеры.

2. Почему воспитывать легче, чем перевоспитывать? Обоснуйте свой ответ на основе теории установки.

Задание 1. Проанализируйте высказывания педагогов для выявления ошибки и неправильности их убеждений при общении с учащимися. Сделайте попытку коррекции осмысления и коррекции поведения для будущих воспитательных воздействий.

Педагогические ситуации:

- «Будущее твое светло и прекрасно, а главное – чисто. В дворники ты, может, и сгодишься».

- За закрытыми дверями класса: «Бездельник!», «Грубиян!», «Лентяй!», «Тупица!», «До чего ты бестолковый!».

- «Вот смотрю на тебя и думаю: что-то в тебе есть от обитателя зоопарка. Ну просто ничем не проймешь... Садись на место, гордость ты наша» (в классе смех, учитель доволен своим остроумием).

Их убеждения:

- Педагог – человек, а стало быть, он имеет право на проявление своих чувств. Пустить бы Вас в класс, вы бы быстро забыли про всю педагогику и психологию.

- Если я искренен в своем гневе, значит, у меня есть на то основания.

- Получается так, что ученик имеет право «ничего не делать», «паясничать», «изопрятаться» в своих выходках на уроках; педагог же должен руководствоваться лишь заповедями типа: «Не обидь», «Не выгони», «Не поставь» и т.п.

- Выставляя одного на «посмешище», тем самым учишь остальных.

Практическое занятие № 2

Тема «Психологические аспекты педагогической деятельности»

Вопросы для подготовки к занятиям

1. Синдром эмоционального выгорания в деятельности педагога, диагностика и методы профилактики
2. Особенности психологической культуры педагога
3. Диагностика психологической культуры педагогов, тренеров

Вопросы и задания для закрепления и обсуждения

Задание 1. Изучите степень выраженности «эмоционального выгорания» у себя либо у педагогов, тренеров с различным педагогическим стажем. Воспользуйтесь с этой целью опросником «эмоционального выгорания» личности педагога В.В. Бойко либо тестом для определения степени выраженности синдрома «выгорания» (Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова).

Задание 2. Напишите эссе «Мой путь в педагогическую профессию» или «Я – психолог».

Задание 3. Прочитайте ниже изложенные утверждения. Согласитесь, либо не согласитесь. Аргументируйте свой ответ.

1. Настоящий педагог – энергичный человек.
2. Педагог должен быть оптимистом.
3. Педагог должен вести здоровый образ жизни.
4. Детей следует наказывать за плохое поведение.
5. Детей нужно хвалить.
6. Педагог должен уметь подчинить детей.
7. Педагогу надо научиться любить детей.
8. Педагог должен знать ответ на любой вопрос.
9. Детей нельзя бить.
0. Педагог не должен срывать свое плохое настроение на детях.
11. Педагогу важно быть культурным человеком.
12. Педагогу важно быть холодным и рассудительным.
13. Для педагога важна привлекательная внешность.
14. Педагог должен иметь громкий голос.
15. Иногда педагог может вести себя как ребенок.
16. Педагог может быть беспечным и легкомысленным человеком.
17. Педагог должен уметь сочувствовать и сопереживать.
18. Педагог должен стремиться к установлению жесткой дисциплины.
19. Педагог должен стимулировать у детей чувство вины за свои промахи.
20. Педагогу важно быть терпеливым.
21. Педагог должен владеть мимикой, пантомимикой и эмоциональной выразительностью.

Задание 4. Напишите эссе «Портрет талантливого педагога или психолога», встретившегося Вам на жизненном пути (учителя, воспитателя, тренера, психолога и др.).

Примерная тематика рефератов

1. История возникновения и развития педагогической психологии.
2. К.Д. Ушинский о роли психологических знаний для педагогической теории и практики.
3. Основные подходы в отечественной науке и практике к решению проблемы готовности детей к обучению в школе
4. Основные этапы психолого-педагогического исследования
5. Формирующий эксперимент как один из основных методов педагогической психологии.
6. Проблема соотношения обучения и развития как центральная проблема педагогической психологии
7. Проблема обучаемости в педагогической психологии
8. Структура учебной деятельности
9. Особенности проявления мотивации достижения в учебном процессе
10. Сущность теории поэтапного формирования умственных действий
11. Педагогическое взаимодействие и его функции и структура.

12. Педагогическая эмпатия. Социальная перцепция педагога
Педагогическая рефлексия.

13. Индивидуальный стиль педагогического взаимодействия.

14. Педагогическая оценка и ее функции.

15. Барьеры в профессиональном взаимодействии педагога.

Задания для выполнения самостоятельной работы
по теме 1. **«Введение в педагогическую психологию»**

1. Раскройте специфику научных исследований белорусских ученых в области педагогической психологии

2. Охарактеризуйте деятельность какого-либо белорусского ученого психолога в области педагогической психологии.

Задания для выполнения самостоятельной работы
по теме 3. **«Психология нравственного воспитания»**

1. Охарактеризуйте специфику формирования нравственной сферы личности

2. Опишите концепцию нравственного развития Л.Колберга

3. Раскройте роль эмпатии в нравственном воспитании учащихся

Практический раздел

Семинарское занятие

Темперамент

Вопросы занятия

1. Понятие о темпераменте. Свойства темперамента.
2. Типы темперамента и их характеристика (по Гиппократу, Галену, Э.Кречмеру, У.Шелдону, И.П.Павлову, Г.Айзенку).
3. Диагностика типов высшей нервной деятельности и темперамента (опросники).
4. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности.
5. Личность и темперамент.

Темы рефератов

1. Психофизиологические исследования индивидуальных различий.
2. Особенности проявления темперамента в деятельности.
3. Возрастные особенности проявления темперамента.
4. Индивидуальный подход в обучении и воспитании детей с различными темпераментами.

Вопросы для закрепления

1. Передается ли темперамент по наследству? Укажите те особенности поведения, которые обусловлены темпераментом и те, которые зависят от мотивации.
2. Темперамент не корригируется, характер формируется в процессе жизнедеятельности, объясните: а) какие свойства темперамента могут быть более выражены у женщин, какие – у мужчин; б) какое преимущество имеет меланхолик перед 3 сильными типами ВНД?
3. Какая существует зависимость между темпераментом, с одной стороны, и развитием способностей, формированием характера – с другой?
4. Чем объяснить, что к темпераменту не приложимы личностные и социальные характеристики типа плохой – хороший и т.п.?

Практическое занятие по теме

Активность и направленность личности

Вопросы занятия:

1. Активность и направленность личности.
2. Формирование и развитие личности.
3. Потребности и мотивы в структуре личности.
4. Интересы, идеалы и ценности личности.

Темы рефератов:

Понятие потребностей, виды потребностей.

Наследственность и социум в развитии личности.

Проблема устойчивости личности.
Мотивы учебной деятельности.
Мотивы спортивной деятельности.
Мотивы общения.
Мотивы аддиктивного поведения.

Вопросы для закрепления

1. По каким внешним признакам лучше всего можно судить о личностных качествах человека? Назвать эти признаки и воспользоваться ими при оценке кого-нибудь из незнакомых сверстников.
2. По какой причине с изменением исполняемых человеком социальных ролей меняются его поведение, отношения с другими людьми?
3. В какой мере можно согласиться с утверждением, что врожденные свойства организма представляют собой одно из внутренних условий формирования личности?
4. Раскройте смысл высказывания: свобода личности, в чем она?

Практическое занятие

Характер

Вопросы занятия:

1. Понятие о характере. Структура характера.
2. Типология характеров.
3. Взаимоотношения между характером и темпераментом.
4. Понятие акцентуаций характера. Типологические модели акцентуаций характера.
5. Формирование характера.

Темы рефератов

1. Характер и личность: общее и различное.
2. Индивидуальное и типическое в характере.
3. Возрастные особенности становления черт характера.
4. Проблема перевоспитания характера.
5. Социальные типы характера по Э. Фромму.
6. Типология характеров по Э. Шострому.
7. Типологическая модель акцентуаций характера К. Леонгарда.
8. Типологическая модель акцентуаций характера подростков А.Е.Личко.

Вопросы для закрепления

1. Какие факторы (убеждение, внушение и самовнушение, наказание и поощрение, эмпатия и рефлексия, идентификация и подражание) в наибольшей степени влияют на воспитание характера и какие наиболее эффективны?

2. Опишите человека с «нормальным» характером. Если человек обладает «нормальным» характером, значит ли это, что он – серый и безликий?

3. Что означает «бесхарактерность»? Выделите черты характера, в которых проявляется отношение к другим людям, самому себе, к делу?

4. В чем ошибочность выражения: «У сына – характер отца»? Почему воспитание характера у детей рекомендуется начинать с формирования соответствующих привычек поведения?

Практическое занятие

Контроль успеваемости по СМ-4 «Психология личности»

Вопросы для контрольной работы

1. Соотношение понятий индивид, личность, субъект, индивидуальность.
2. Самосознание личности.
3. Психологические защиты.
4. Потребности и их виды.
5. Мотивы и их виды.
6. Мироззрение личности.
7. Ценности, идеалы и установки личности.
8. Направленность личности и её виды.
9. Активность личности.
10. Темперамент и его типы.
11. Свойства высшей нервной деятельности и темперамент.
12. Характер и его структура.
13. Акцентуации характера
14. Типологии характеров
15. Способности и их виды.
16. Уровни развития способностей.
17. Способности и задатки.
18. Психодинамическая теория личности З. Фрейда.
19. Аналитическая теория К.Г. Юнга.
20. Социокультурная теория личности К. Хорни.
21. Индивидуальная теория личности А. Адлера.
22. Телесно-ориентированная теория В. Райха.
23. Теория оперантного научения Б.Ф. Скиннера.
24. Социально-когнитивная теория личности А. Бандуры.
25. Сущность гуманистического подхода к личности. Иерархия фундаментальных потребностей по А. Маслоу.
26. Феноменологическая теория личности К. Роджерса.
27. Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского.
28. Концепция личности С.Л. Рубинштейна.
29. Теория деятельности А.Н. Леонтьева.
30. Системная модель личности Б.Г. Ананьева.

31. Концепция функциональной динамической структуры личности
К.К. Платонова.

**Задания для выполнения управляемой самостоятельной работы по теме
Активность и направленность личности**

Вопросы

1. Идеалы личности.
2. Убеждения и мировоззрение.
3. Ценности и ценностные ориентации.
5. Установки как компонент в структуре направленности.

**Задания для выполнения управляемой самостоятельной работы по теме
Характер**

Вопросы

1. Взаимоотношения между характером и темпераментом.
2. Характер и мотивация поведения.
3. Характер и защитные механизмы.
4. Механизм формирования характера.

**Задания для выполнения управляемой самостоятельной работы по теме
Теории личности в отечественной психологии.**

Вопросы

1. Личность с позиции теории установки Д.Н. Узнадзе
2. Личность в теории отношений В.Н. Мясищева.
3. Концепция личности А.Ф. Лазурского.