

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Басий Раиса Васильевна
Должность: Проректор по учебной работе
Дата подписания: 17.03.2025 14:28:07
Уникальный программный ключ:
1f1f00dcee08ce5fee9b1af247120f3bdc0c08f8

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования

«Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«Утверждаю»
Проректор по учебной работе
доц. Басий Р.В.
« 24 » *апреля* 2024 г.



Рабочая программа дисциплины

УЧИМСЯ УЧИТЬСЯ В ВУЗЕ

для студентов 1 курса	лечебного факультета №1, 2, медицинского факультета
Направление подготовки:	31.00.00 Клиническая медицина
Специальность:	31.05.01 Лечебное дело
Форма обучения:	очная

г. Донецк, 2024

Разработчики рабочей программы:

Шакович Юлия Валериевна – преподаватель кафедры истории и социально-гуманитарных наук

Выставкина Татьяна преподаватель кафедры истории и социально-гуманитарных наук

Эдуардовна

Рабочая программа обсуждена на учебно-методическом заседании кафедры истории и социально-гуманитарных наук.

«22» ноября 2024г. Протокол № 4

Заведующий кафедрой

истории и социально-гуманитарных наук



Э.Ф. Смирнов

Рабочая программа рассмотрена на заседании методической комиссии по социально-гуманитарным дисциплинам.

«27» ноября 2024г. Протокол № 3

Председатель комиссии



доц. А. А. Пузик

Директор библиотеки



И. В. Жданова

Рабочая программа в составе учебно-методического комплекса дисциплины утверждена в качестве компонента ОП в составе комплекта документов ОП на заседании учёного совета ФГБОУ ВО ДонГМУ Минздрава России

Протокол № 10 от « 24» декабря 2024г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебной дисциплины «Учимся учиться в вузе» (далее Программа) разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования по направлению подготовки 31.00.00 Клиническая медицина для специальности 31.05.01 Лечебное дело.

Программа предназначена для помощи студентам первого курса в адаптации к условиям обучения в вузе, организации психолого-педагогического сопровождения адаптационного процесса и обеспечения его эффективности.

Одной из проблем, связанных с получением профессионального образования вчерашними школьниками, являются трудности, с которыми сталкиваются студенты-первокурсники в первые месяцы обучения. На поведение студента, на его взаимоотношения с сокурсниками и преподавателями вуза оказывает влияние множество факторов, важнейшим из которых является изменение социальной ситуации, необходимость привыкания к новым условиям обучения, освоение новой роли – студента высшего учебного заведения.

Именно на первом курсе у студента происходит перестройка всей системы ценностно-познавательных ориентаций личности, вырабатываются новые способы познавательной деятельности, формируются навыки и умения рациональной организации процесса обучения, осознается призвание к выбранной профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, развиваются и воспитываются профессионально значимые качества личности, формируются определенные типы межличностных отношений.

Многочисленными исследованиями установлено, что эффективность и успешность обучения во многом зависит от возможностей студента освоить новую среду, в которую он попадает, поступив в вуз. Начальный период обучения обуславливает включение студента в сложную систему адаптации, предполагающую взаимодействие личности студента с конкретными условиями данного вуза, что требует огромных затрат внутренней энергии, физических усилий, мобилизации резервов организма. Переход от школьного обучения к вузовскому сопровождается ломкой сложившегося стереотипа обучения, формированием новых форм в условиях повышенной эмоциональной и психологической нагрузки.

Период острой адаптации студентов приходится на первый и второй семестры обучения и сопровождается значительным напряжением систем регуляции организма студента и ростом патологий. Это повышает ответственность высших учебных заведений за успешную адаптацию студентов к вузовскому обучению и требует создания для этого специальных условий.

Задача вуза в этот сложный для подростка период – помочь ему как можно скорее и успешнее адаптироваться к новым условиям обучения, влиться в ряды студенчества, моделируя процесс адаптации студентов-первокурсников и управляя им. Таким образом, становится очевидной необходимость поиска путей активизации психолого-педагогических условий, способных обеспечить процесс адаптации студентов нового набора. Этим и объясняется необходимость создания данной Программы.

Учебная дисциплина «Учимся учиться в вузе» предназначена для студентов первого года обучения и представляет собой лекционный курс, направленный на педагогическое сопровождение процесса адаптации, и практическую часть, обеспечивающую психологическую поддержку студентов. Систематическая целенаправленная работа в итоге обеспечит эффективность процесса обучения в вузе по подготовке конкурентоспособного специалиста.

2. Цель и задачи учебной дисциплины

Цель – содействие студентам первого курса в процессе адаптации к культурно-образовательному пространству университета.

Задачи:

1. Создание условий, способствующих оптимизации процесса адаптации студентов первого курса к образовательному процессу в университете.
2. Формирование у студентов целостного представления о системе высшего медицинского образования.
3. Обучение студентов приемам и навыкам успешного обучения в системе высшего образования.
4. Обеспечение успешной адаптации первокурсников к внеучебной деятельности в вузе посредством осуществления социально-психологических, педагогических системных мероприятий.
5. Создание условий для развития творческого потенциала, склонностей, способностей студентов первого курса, их успешной самореализации во всех социально признанных сферах и на всех последующих этапах обучения.
6. Формирование у обучающихся ценностных установок студента высшей школы.
7. Формирование базовых знаний о системе высшего медицинского образования.
8. Формирование адекватных ожиданий и представлений о профессиональной деятельности врача.
9. Изучение факторов, влияющих на успешное обучение в вузе.
10. Развитие навыков эффективного обучения в вузе.
11. Формирование представлений о структуре и специфике учебно-воспитательного процесса и внеучебной деятельности в ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России (далее – Университет).
12. Ознакомление с требованиями и особенностями обучения на различных факультетах Университета.
13. Организация работы по формированию коллектива группы, групповой культуры; развитию групповой сплоченности, созданию благоприятного психологического климата в коллективе.
14. Формирование личностных позиций по актуальным вопросам студенческой жизни.
15. Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе.
16. Формирование умений самостоятельно решать возникающие проблемы и вопросы.
17. Формирование активной жизненной позиции, развитие социальной активности студентов.
18. Разработка и проведение психокоррекционных мероприятий.

Реализация поставленных задач направлена на обеспечение психолого-социального и педагогического сопровождения процесса адаптации будущих врачей к условиям обучения в Университете.

3. Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Дисциплина «Учимся учиться в вузе» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений, «Факультативные дисциплины (модули)».

3.1. Перечень дисциплин и практик, освоение которых необходимо для изучения данного предмета.

Для освоения факультативного курса «Учимся учиться в вузе» обучающиеся должны иметь базовый уровень знаний, умений и навыков, обеспечивающийся наличием у них среднего общего или среднего профессионального образования.

Знания:

Нормы русского литературного языка и речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения.

Основы поддержания межличностных отношений.

Основы ведения баз данных, современных технологий сбора, обработки и представления информации, её корректировки.

Умения:

Грамотно строить устную и письменную речь в соответствии с нормами русского литературного языка.

Аргументировано и ясно излагать свои мысли.

Организовывать свою самостоятельную учебную деятельность в соответствии с поставленной задачей.

Извлекать необходимую информацию из различных источников: учебно-научных текстов, справочной литературы, средств массовой информации, в том числе представленных в электронном виде на различных информационных носителях.

Навыки:

Поддерживать межличностное взаимодействие

Применять в практике речевого общения основные нормы современного русского литературного языка.

Владеть основными приемами информационной переработки устного и письменного текста.

Создавать устные и письменные монологические и диалогические высказывания различных типов.

3.2. Перечень учебных дисциплин (последующих), обеспечиваемых данным курсом: все гуманитарные дисциплины, преподаваемые в вузе.

Данная дисциплина интегрируется со всеми общими гуманитарными дисциплинами и подготавливает студентов к успешному овладению знаниями по всем предметам, включенным в программу обучения в Университете.

4. Общая трудоемкость учебной дисциплины

Виды контактной и внеаудиторной работы	Всего часов
Общий объём дисциплины	36 / 1 зач. ед.
Аудиторная работа	18
Лекций	8
Семинарских занятий	10
Самостоятельная работа обучающихся	18
Формы промежуточной аттестации	
Зачёт	

5. Результаты обучения

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения учебной дисциплины:

Коды формируемых компетенций	Компетенции (содержание)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
УК	Универсальные компетенции		
УК – 1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий	<p>УК – 1.2.1. Умеет собирать и обобщать данные по актуальным проблемам, относящимся к профессиональной деятельности.</p> <p>УК – 1.2.2. Умеет осуществлять поиск информации и решений на основе действий, эксперимента и опыта.</p> <p>УК – 1.2.3. Умеет анализировать проблемную ситуацию как систему, выявляя её составляющие и связи между ними.</p>	<p>Умеет: организовывать свою самостоятельную учебную и научно-исследовательскую деятельность в соответствии с поставленной задачей; разрабатывать индивидуальный план мероприятий по самосовершенствованию и реализовывать его.</p> <p>Умеет: применять методики поиска, сбора, обработки информации, пользоваться справочной и методической литературой.</p> <p>Умеет: находить системный подход для решения поставленных задач и осуществлять критический анализ и синтез информации, полученной из актуальных источников; определять задачи, подлежащие дальнейшей разработке и предлагать способы их решения; разрабатывать стратегию достижения поставленной цели.</p>

6. В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- основные составляющие системы высшего профессионального образования в медицинском вузе и её особенности;
- ступени высшего медицинского образования, сроки и формы его получения;
- особенности лекционно-семинарской системы организации образовательного процесса в организациях высшего профессионального образования;
- факторы, влияющие на успешность обучения в медицинском вузе;
- требования к профессиональной деятельности и личности врача;
- способы повышения эффективности работы памяти и внимания;
- основные правила внутреннего распорядка и формы организации учебного процесса в Университете;
- требования к самостоятельной работе студентов;
- основы здорового образа жизни.

Уметь:

- планировать и организовывать самостоятельную работу;
- использовать приемы и техники, влияющие на успешное обучение;
- использовать технологии, облегчающие подготовку к экзаменам и зачетам;
- применять способы повышения эффективности работы памяти и внимания для осуществления учебной деятельности;
- использовать приемы физической релаксации и активизации мыслительной деятельности.

Владеть:

- навыками успешного обучения в системе высшего профессионального образования;
- навыками организации самостоятельной работы;
- навыками распределения учебной нагрузки с целью оптимизации учебного процесса;
- навыками работы с учебной литературой, электронными источниками информации, библиотечными фондами;
- навыками проведения дискуссий, диспутов, докладов и межличностных бесед;
- методами и способами ведения здорового образа жизни.

7. Рабочая программа учебной дисциплины

7.1. Учебно-тематический план дисциплины (в академических часах) и матрица компетенций*

Наименование модуля (раздела) и тем	Аудиторные занятия		Всего часов на аудиторную работу	Самостоятельная работа студента	Экзамен	Итого часов	Формируемые компетенции и индикаторы их достижения	Используемые образовательные технологии, способы и методы обучения	Формы текущего и рубежного контроля успеваемости
	Лекции	Семинарские занятия							
Модуль 1. Учимся учиться в вузе	8	10	18	18		36			
Тема 1.1. Особенности организации образовательного процесса в ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России.	2	2	4	2		6	УК–1.2 (УК–1.2.1.; 1.2.2; 1.2.3)	Л, Б,	Т
Тема 1.2. Культура учебно-познавательной деятельности студента. Технологии поиска, отбора, анализа и представления научной информации.	–	2	2	4		6	УК–1.2 (УК–1.2.1.; 1.2.2; 1.2.3)	Б	–
Тема 1.3. Адаптация первокурсников к новой социально-культурной среде.	2	2	4	4		8	УК–1.2 (УК–1.2.1.; 1.2.2; 1.2.3)	Л, Б, СЗ	Т
Тема 1.4. Основы тайм-менеджмента. Умение управлять временем – залог успешного обучения.	2	2	4	4		8	УК–1.2 (УК–1.2.1.; 1.2.2; 1.2.3)	Л, Б, СЗ	Т
Тема 1.5. Основы научной организации труда студента. Основы риторики. Страх перед аудиторией и способы его преодоления. Самопрезентация.	2	2	4	4		8	УК–1.2 (УК–1.2.1.; 1.2.2; 1.2.3)	Л, Б	ЗР
ИТОГО	8	10	18	18		36			

В данной таблице могут быть использованы следующие сокращения: *

Л	лекция
Б	беседа

СЗ	решение ситуационных задач
ЗР	защита реферата

Т	тестирование
----------	--------------

7.2. Содержание рабочей программы учебной дисциплины.

Модуль 1. Учимся учиться в вузе.

Тема 1.1. Особенности организации образовательного процесса в ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России

Особенности организации образовательного процесса в федеральном государственном образовательном учреждении высшего образования «Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького» министерства Российской Федерации. Требования, предъявляемые к студентам. Положение об организации учебного процесса. Методы оценки и формы контроля учебной деятельности студентов в Университете. Передача зачетов и экзаменов, отчисление, академический отпуск, правила восстановления и переводов: положения и нормативные акты. Знакомство с традициями и правилами ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России.

Тема 1.2. Культура учебно-познавательной деятельности студента. Технологии поиска, отбора, анализа и представления научной информации

Факторы успешной учебной деятельности. Понятие конспекта. Виды конспектов: плановый, схематически плановый, текстуальный, тематический, свободный. Способы конспектирования и записи лекций. Практические рекомендации. Технические требования к оформлению реферата.

Тема 1.3. Адаптация первокурсников к новой социально-культурной среде.

Понятие адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе. Условия успешной адаптации. Причины дезадаптации и её последствия.

Тема 1.4. Основы тайм-менеджмента. Умение управлять временем – залог успешного обучения.

Необходимость планирования времени. Понятия: тайм-менеджмент, целеполагание, «поглотители времени». Основные принципы планирования: регулярность, приоритетность, гибкость, реалистичность, письменный вид. Расстановка приоритетов. Матрица Эйзенхауэра. Принцип Парето. Правила эффективного отдыха. Планирование времени в период сессии.

Тема 1.5. Основы научной организации труда студента. Основы риторики. Страх перед аудиторией и способы его преодоления. Самопрезентация.

Рекомендации по подготовке к экзаменам. Понятие риторики. Подготовка выступления. Структура выступления: вступление, основная часть, заключение.

Страх перед аудиторией и способы его преодоления. Самопрезентация.

7.3. Перечень практических навыков (умений), которые необходимо освоить студенту в процессе изучения учебной дисциплины:

- 1) умение ориентироваться в студенческом городке ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России;
- 2) умение планировать своё время и управлять им;
- 3) умение расставлять приоритеты в делах;
- 4) умение организовать свою учебно-познавательную деятельность;
- 5) владение приёмами повышения эффективности работы памяти и внимания;
- 6) умение использовать технологии, облегчающие подготовку к экзаменам и зачётам;

- 7) умение использовать приемы физической релаксации и активизации мыслительной деятельности.
- 8) владение приемами отбора и систематизации материала на определенную тему;
- 9) умение самостоятельно искать необходимую информацию, анализировать её и отбирать из различных источников: учебно-научных текстов, средств массовой информации, в том числе представленных в электронном виде на различных информационных носителях, официально-деловых текстов, справочной литературы;
- 10) предъявление результатов деятельности (самостоятельной, групповой) в виде рефератов; оценивание достигнутых результатов и адекватная их формулировка в устной и письменной форме;
- 11) владение навыками информационной переработки прочитанных и прослушанных текстов и представления их в виде тезисов, конспектов, аннотаций, рефератов;
- 12) умение связать полученную информацию с жизненными ситуациями, с будущей профессиональной деятельностью;
- 13) создание связных текстов разных жанров и стилей в зависимости от целей общения и речевой ситуации; выступление с устным сообщением перед аудиторией;
- 14) владение навыками речевого самоконтроля;
- 15) соблюдение норм речевого поведения в процессе коммуникации.

8. Рекомендуемые образовательные технологии.

В процессе освоения дисциплины используются следующие образовательные технологии, способы и методы формирования компетенций:

Технологии:

1. Технологии традиционного обучения для освоения минимума содержания образования в соответствии с требованиями стандартов; технологии, построенные на основе объяснительно-иллюстративного способа обучения.
2. Технологии реализации межпредметных связей в учебном процессе.
3. Технология проблемного обучения с целью развития творческих способностей учащихся, их интеллектуального потенциала, познавательных возможностей. Обучение ориентировано на самостоятельный поиск результата, самостоятельное добывание знаний, творческое, интеллектуально-познавательное усвоение слушателями заданного предметного материала.
4. Информационно-коммуникативные технологии (ИКТ) для развития способов работы с информацией разных видов и на разных носителях с целью осуществления самостоятельной познавательной деятельности.
5. Технология развивающего обучения для формирования и развития теоретического мышления слушателей, осознания ими процесса учения; сохранения и развития физического и психического здоровья подростков; формирования и развития универсальных учебных действий, ключевых компетенций; решение задач профессионального и жизненного самоопределения слушателей.
6. Технология формирования ключевых компетенций для формирования и развития ключевых компетенций как учебных достижений, востребованных в современном мире.
7. Диагностические технологии: применение тестов, анкет, опросников, визуальное оценивание реакции учащихся. Беседы, интервью и т.д.
8. Технологии по формированию профессиональной эрудиции, развитию профессионального творческого мышления, профессиональной направленности и профессионально важных качеств.

Методы обучения:

1. Познавательные методы:

- объяснительно-иллюстративные (объяснение учебного материала преподавателем);
 - эвристические (беседа, наблюдение, самостоятельный анализ учебного материала и др.);
 - метод проблемного изложения материала (создание проблемных ситуаций, решение различных ситуативных задач, вопросно-ответная беседа, логические рассуждения обучающихся, формулирование и доказательство новых выводов и т.д.).
2. Практические методы:
 - методы закрепления знаний;
 - методы формирования умений и навыков.
 3. Методы контроля:
 - метод устной проверки;
 - метод контроля с помощью ТСО;
 - метод тестирования.

9. Оценочные средства для контроля уровня сформированности компетенций (текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация и аттестация по итогам освоения дисциплины).

9.1. Виды аттестации:

Текущий контроль осуществляется в форме решения тестовых заданий и ситуационных задач.

Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (зачёт) осуществляется по результатам текущего контроля

9.2. Показатели и критерии оценки результатов освоения дисциплины.

Оценка результатов освоения дисциплины проводится в соответствии с утверждённым «Положением об оценивании учебной деятельности студентов в ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России».

9.3. Критерии оценки работы студента на практических занятиях.

Оценивание каждого вида учебной деятельности студентов осуществляется стандартизовано в соответствии с принятой в ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России шкалой.

9.4. Образцы оценочных средств для текущего контроля успеваемости.

Тематика рефератов:

1. Врач и пациент. История их взаимоотношений.
2. Заветы Гиппократов. Значение Клятвы Гиппократов.
3. Требования к личности врача. Профессионально важные качества врача и профессиональное поведение.
4. Моральные и нравственные аспекты профессиональной деятельности врача. Эвтаназия: взгляд на проблему.
5. Моральные и нравственные аспекты профессиональной деятельности врача. Аборт: взгляд на проблему.
6. Моральные и нравственные аспекты профессиональной деятельности врача. ЭКО: взгляд на проблему.
7. Моральные и нравственные аспекты профессиональной деятельности врача. Суррогатное материнство: взгляд на проблему.
8. Моральные и нравственные аспекты профессиональной деятельности врача. Разглашение врачебной тайны: взгляд на проблему.

9. Моральные и нравственные аспекты профессиональной деятельности врача. Сообщение смертельного диагноза: взгляд на проблему.
10. Моральные и нравственные аспекты профессиональной деятельности врача. Проблемы взаимоотношений с пациентами и их родственниками.
11. Профессиональная этика. Соблюдение врачебной этики.
12. Особенности учебного процесса в медицинском вузе.
13. Возрастные особенности первокурсника. Особенности развития личности студента.
14. Мотивация студентов к обучению и её роль в образовательном процессе. Виды мотивов.
15. Адаптация, её типы. Условия успешной адаптации первокурсников к новой роли студента вуза.
16. Адаптация, её типы. Дезадаптация студентов на начальном этапе обучения, её причины и последствия.
17. Студенческая группа. Её понятие и цели, нормы и ценности. Сплочённость группы. Мероприятия по развитию сплочённости.
18. Лидер в студенческом коллективе. Лидерские роли, стили лидерства и особенности личности лидера.
19. Конфликт, его элементы и стадии. Причины возникновения конфликтов.
20. Конфликт, его виды и функции. Технологии управления конфликтами.
21. Страх перед аудиторией и способы его преодоления. Самопрезентация.
22. Здоровый образ жизни (ЗОЖ). Основные направления его формирования.
23. Человеческая память. Её возможности и способы улучшения.
24. Внимание человека, его виды. Необходимость развития внимания.
25. Экзаменационный стресс. Эффективные методы подготовки к сессии.
26. Познавательные психические процессы и учебно-познавательная деятельность студентов.
27. Речь, её виды и функции. Особенности речи как инструмента мышления и средства общения.
28. Реферирование. Виды рефератов и их значение в обучении.
29. Умение управлять временем – залог успешного обучения в вузе. основополагающие принципы искусства управления временем.
30. Биологические ритмы и хронотипы человека. Планирование режима дня студента в соответствии с его хронотипом.
31. Культура общения, её значение и пути формирования.
32. Этикет, его виды и моральные основы.

Образец тестовых заданий:

Тема. *Умение управлять временем – залог успешного обучения.*

(правильный ответ выделен звёздочкой)

1. Распределение времени – это, в первую очередь:
 - A. Список обязательных дел
 - B. *Продуманная стратегия использования времени
 - C. Уточнение собственных приоритетов
 - D. Сведение к минимуму сложных задач
 - E. Соблюдение распорядка дня
2. Для эффективного распределения времени целесообразно ...
 - A. Знать свои ресурсы времени
 - B. Распределять задания среди своих коллег
 - C. Планировать дела
 - D. *Составить список дел и дифференцировать их по значимости
 - E. Выполнить сначала лёгкие задания, а затем сложные

3. Целесообразнее делегировать дела, выполнить которые нужно ...
 - A. Срочно и важно
 - B. Не срочно, но важно
 - C. *Срочно, но не важно
 - D. Не срочно и не важно
 - E. В любом порядке
4. По матрице Эйзенхауэра приоритеты устанавливаются по следующим критериям:
 - A. Необходимо-срочно
 - B. Достижимо-реалистично
 - C. Быстро-медленно
 - D. *Важно-срочно
 - E. Возможно-невозможно
5. Разработку плана управления временем целесообразно начать с ...
 - A. *Выделения важнейших целей
 - B. Разработки графика работ
 - C. Составления списка обязательных дел
 - D. Распределения обязанностей
 - E. Выделения лёгких дел
6. Управление временем – это ...
 - A. Анализ проделанной работы
 - B. *Анализ, планирование и контроль времени, сочетание работы и отдыха
 - C. Технология организации времени
 - D. Повышения эффективности использования времени
 - E. Сочетание работы и отдыха
7. Поглотители времени – это ...
 - A. Незапланированные дела
 - B. Работа по дому
 - C. *События, отвлекающие внимание и лишаящие контроля над временем
 - D. Дела, требующие дополнительного времени
 - E. Дополнительные физические и умственные нагрузки
8. Для достижения наибольшего результата сначала следует выполнять ...
 - A. Более лёгкие мелкие дела
 - B. *Самые сложные дела
 - C. Дела средней сложности
 - D. Дела в любом порядке
 - E. Лёгкие и интересные дела
9. Согласно правилу Парето, для достижения наибольших результатов человеку достаточно затратить ... усилий.
 - A. 10%
 - B. *20%
 - C. 50%
 - D. 80%
 - E. 90%
10. К внешним поглотителям времени относятся ...
 - A. Природная рассеянность, медлительность
 - B. Вредные привычки
 - C. *Время в транспорте, телефонные звонки
 - D. Привычка откладывать важные дела на конец дня
 - E. Привычка хвататься за всё сразу

Помимо тестов текущий контроль предусматривает решение ситуационных задач.

Образцы ситуационных задач:

Тема. Образовательный процесс в ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России.
Адаптация первокурсников к новой социально-культурной среде.

Задача №1. Вы находитесь рядом с электронным читальным залом, Вам нужно попасть на лекцию в аудиторию 3СГ. Опишите маршрут передвижения.

Задача №2. Вы староста группы и намерены ускорить процесс адаптации студентов к новому коллективу. Предложите краткий план внеаудиторного мероприятия по сплочению коллектива группы.

10. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.

10.1. Тематический план лекций

№ лекции	Наименование лекции	Трудо-ёмкость (акад. час)
1.	Особенности организации образовательного процесса в ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России.	2
2.	Адаптация первокурсников к новой социально-культурной среде.	2
3.	Основы тайм-менеджмента.	2
4.	Основы научной организации труда студента. Основы риторики. Страх перед аудиторией и способы его преодоления. Самопрезентация.	2
ИТОГО		8

10.2. Тематический план семинарских занятий

№ практич. занятия	Наименование семинарского занятия	Трудо-ёмкость (акад. час)
1.	Образовательный процесс в ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России. Техническое оформление рефератов и научных работ в соответствии с требованиями ГОСТ.	2
2.	Культура учебно-познавательной деятельности студента. Технологии поиска, отбора, анализа и представления научной информации.	2
3.	Адаптация первокурсников к новой социально-культурной среде.	2
4.	Основы тайм-менеджмента. Умение управлять временем – залог успешного обучения.	2
5.	Самопрезентация. Страх перед аудиторией и способы его преодоления.	2
ИТОГО		10

10.3. План самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Вид самостоятельной работы	Трудоёмкость (акад.час)
1.	Особенности организации образовательного процесса в ФГБОУ ВО ДонГМУ им. М. Горького Минздрава России.	Составление конспекта. Работа с «Памяткой первокурсника».	2
2.	Культура учебно-познавательной деятельности студента. Технологии поиска, отбора, анализа и представления научной информации.	Подготовка реферата на выбранную тему: поиск информации, её обработка и приведение в соответствие требованиям к оформлению реферата.	4
3.	Адаптация первокурсников к новой социально-культурной среде.	Составление советов для наиболее успешной адаптации к новым условиям жизни и деятельности. Составление конспекта на тему «Причины дезадаптации и её признаки»	4
4.	Основы тайм-менеджмента. Умение управлять временем – залог успешного обучения.	Составление списка рекомендаций по управлению временем. Составление режима дня, плана работы на день и неделю. Расстановка дел по приоритетности.	4
5.	Основы научной организации труда студента. Основы риторики. Страх перед аудиторией и способы его преодоления. Самопрезентация.	Составление конспекта на предложенную тему. Составление плана подготовки к сессии. Подготовка плана выступления во время защиты реферата.	4
ИТОГО			18

10.4. Методические указания для самостоятельной работы студентов.

Методические указания для студентов к самостоятельной подготовке к практическим занятиям по дисциплине «Учимся учиться в вузе» для всех специальностей [Электронный ресурс]: / Ю. В. Шакович, Т. Э. Выставкина. – Донецк. 2024. – Режим доступа: <https://distance.dnmu.ru> (дата обращения: 25.11.2024)

11. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

11.1. Основная литература:

а) основная литература:

1. Островская, И. В. Психология общения : учебник / И. В. Островская. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 192 с. - ISBN 978-5-9704-7666-6. - Электронная версия доступна на сайте ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970476666.html> (дата обращения: 25.11.2024). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

2. Психология и педагогика : учебное пособие / А. И. Коробко, А. Н. Акопян, М. Ю. Казарян [и др.]. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 376 с. - ISBN 978-5-9704-7953-7, DOI: 10.33029/9704-7953-7-PSI-2023-1-376. - Электронная версия доступна на сайте ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970479537.html> (дата обращения: 25.11.2024). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

б) Дополнительная литература:

1. Психологическая диагностика ключевых образовательных компетентностей у студентов 1-го курса медицинского университета : учебное пособие / Г. А. Игнатенко, В. А. Абрамов, Т. Л. Ряполова [и др.]. - Донецк : [б. и.], 2017. - 231 с. : табл. – Текст : непосредственный.

2. Творогова, Н. Д. Обучение студентов общению / Н. Д. Творогова, И. Б. Ханина, Д. В. Кулешов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 464 с. - ISBN 978-5-9704-6641-4. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970466414.html> (дата обращения: 25.11.2024). - Режим доступа : по подписке.

3. Колосов, А. Е. Культура общения: преподаватель-студент : учебно-методическое пособие / А. Е. Колосов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2024. - 48 с. - ISBN 978-5-9704-8656-6. - Электронная версия доступна на сайте ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970486566.html> (дата обращения: 25.11.2024). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

в) программное обеспечение и Интернет–ресурсы

1. Электронный каталог WEB–ОРАС Библиотеки ФГБОУ ВО ДонГМУ Минздрава РФ <http://katalog.dnmu.ru>
2. ЭБС «Консультант студента» <http://www.studentlibrary.ru>
3. Научная электронная библиотека (НЭБ) eLibrary <http://elibrary.ru>
4. Информационно–образовательная среда ДонГМУ <http://distance.dnmu.ru>

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

1. Учебные аудитории для занятий лекционного типа.
2. Комплекты тестовых заданий по темам занятий.
3. Банк тестов для текущей аттестации студентов.
4. Мультимедийный проектор.
5. Экран переносной.
6. Таблицы и схемы по темам занятий.
7. Мультимедийные лекции- визуализации.