

**Приложение 1 к РПД Развитие подростка и подростковый кризис  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Направленность (профили) Безопасность жизнедеятельности.  
Дополнительное образование (безопасность труда)  
Форма обучения – очная  
Год набора – 2022**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.	Кафедра	Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
2.	Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
3.	Направленность (профили)	Безопасность жизнедеятельности. Дополнительное образование (безопасность труда)
4.	Дисциплина (модуль)	Развитие подростка и подростковый кризис
5.	Форма обучения	очная
6.	Год набора	2022

**I. Методические рекомендации**

**1.1. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных занятий**

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях и изучения рекомендованной литературы.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

**1.2 Методические рекомендации по подготовке к семинарским (практическим) занятиям**

Приступая к изучению дисциплины, студенту следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки докладов, сообщений, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а

также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

Практическое занятие предполагает свободный обмен мнениями по избранной тематике. Он начинается со вступительного слова преподавателя, формулирующего цель занятия и характеризующего его основную проблематику. Затем, как правило, заслушиваются сообщения студентов. Обсуждение сообщения совмещается с рассмотрением намеченных вопросов. Сообщения, предполагающие анализ публикаций по отдельным вопросам практического занятия, заслушиваются обычно в середине занятия. Поощряется выдвижение и обсуждение альтернативных мнений. В заключительном слове преподаватель подводит итоги обсуждения и объявляет оценки выступавшим студентам. В целях контроля подготовленности студентов и привития им навыков краткого письменного изложения своих мыслей преподаватель в ходе практического занятия может осуществлять текущий контроль знаний в виде тестовых заданий.

При подготовке к практическому занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем студенты вправе, по согласованию с преподавателем, избирать и другие интересующие их темы.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

### **1.3 Методические рекомендации по выполнению практических работ**

Все работы оформляются в специальных тетрадях для практических работ. Необходимо указывать: тему; цель работы, содержание работы и последовательность ее выполнения; выводы.

При оценивании работ учитывается: выполнение всех этапов работы, самостоятельность и качество выполнения схем, рисунков; умение анализировать полученные результаты работы.

### **1.4 Методические рекомендации по подготовке выступления на семинаре**

Алгоритм подготовки к выступлению на семинаре:

- 1 этап – определение темы выступления.
- 2 этап – определение цели выступления.
- 3 этап – подробное раскрытие информации .
- 4 этап – формулирование основных тезисов и выводов.

### **1.5 Методические рекомендации по подготовке к рубежному контролю (тесту)**

При подготовке к тесту необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц и схем. Интернет-тренажеры (<http://www.i-exam.ru>), позволяют, во-первых, закрепить знания, во-вторых, приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля, которые повышают эффективность подготовки, способствуют развитию навыков мыслительной работы.

При решении теста необходимо:

- внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся;
- начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать затруднения;
- внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях;
- если Вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться;

- рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку.

### **1.6 Методические рекомендации по составлению кроссворда**

Для составления кроссворда по заданной теме необходимо проанализировать разные источники (учебная и научная литература, сеть Internet, энциклопедии, практические пособия и т.д.).

Кроссворд составляется индивидуально. Работа может быть представлена в печатном (компьютерном) или рукописном варианте.

При составлении кроссворда:

- не допускается наличие незаполненных клеток в сетке кроссворда;
- не допускаются случайные буквосочетания и пересечения;
- загаданные слова должны быть именами существительными в именительном падеже единственного числа;
- не допускаются аббревиатуры, сокращения;
- рисунок кроссворда должен быть четки.

### **1.7 Методические рекомендации по созданию презентации**

Алгоритм создания презентации:

- 1 этап – определение цели презентации
- 2 этап – подробное раскрытие информации,
- 3 этап – основные тезисы, выводы.

Следует использовать 10-15 слайдов. При этом:

- первый слайд – титульный. Предназначен для размещения названия презентации, имени докладчика и его контактной информации;
- на втором слайде необходимо разместить содержание презентации, а также краткое описание основных вопросов;
- оставшиеся слайды имеют информативный характер.

Обычно подача информации осуществляется по плану: тезис – аргументация – вывод.

Требования к оформлению и представлению презентации:

1. Читательность (видимость из самых дальних уголков помещения и с различных устройств), текст должен быть набран 24-30-ым шрифтом.
2. Тщательно структурированная информация.
3. Наличие коротких и лаконичных заголовков, маркированных и нумерованных списков.
4. Каждому положению (идее) надо отвести отдельный абзац.
5. Главную идею надо выложить в первой строке абзаца.
6. Использовать табличные формы представления информации (диаграммы, схемы) для иллюстрации важнейших фактов, что даст возможность подать материал компактно и наглядно.
7. Графика должна органично дополнять текст.
8. Выступление с презентацией длится не более 10 минут.

### **1.8 Методические рекомендации по подготовке к сдаче зачета**

Основным источником подготовки к зачету является рекомендуемая литература и конспекты лекций. Следует точно запоминать термины и категории, поскольку в их определениях содержатся признаки, позволяющие уяснить их сущность и отличить эти понятия от других.

Зачет проводится по билетам, каждый из которых содержит два вопроса. Содержание билетов охватывает весь пройденный материал. По окончании ответа преподаватель, принимающий зачет, может задать студенту дополнительные и уточняющие вопросы.

При подготовке к ответу на зачете студенту рекомендуется составить план ответа на каждый вопрос. Положительным также будет стремление студента изложить различные точки зрения на рассматриваемую проблему, выразить свое отношение к ней

## **II. Планы практических занятий**

### **Тема 1. Общая характеристика подросткового возраста. Структура и особенности личности подростка (4 часа)**

#### **План:**

1. Физические параметры развития в подростковом возрасте.
2. Предпосылки развития в подростковом возрасте.
3. Социальная ситуация развития в подростковом возрасте.
4. Ведущая деятельность в подростковом возрасте.
5. Специфические особенности психики и поведения подростков.
6. Психологические особенности общения подростков со взрослыми и сверстниками.
7. Возрастные психические новообразования подросткового возраста.
8. Развитие личности и кризис перехода к юности.
9. Подростки группы риска.
10. Особенности и направления психодиагностики подростков, возможности психокоррекции.

*Литература:* [1, с. 7-43]; [2, с. 54-89].

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Назовите особенности ведущей деятельности в подростковом возрасте.
2. Назовите особенности развития личности в период подросткового кризиса.
3. Какие особенности группы риска у подростков.

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Нарисуйте ментальную карту «Особенности психологического возраста»

### **Тема 2. Интеллектуальное развитие подростка. Эмоционально-волевая сфера подростка. (2 часа)**

#### **План:**

1. Анатомо-физиологические особенности подростка
2. Развитие познавательных процессов
3. Структура интеллекта подростка
4. Особенности учебной деятельности подростков
5. Волевые качества подростка
6. Саморегуляция в подростковом возрасте
7. Развитие эмоциональности
8. Аффективные реакции подростков

*Литература:* [1, с. 14-24]; [3, с. 43-77]; [3, с. 90-103].

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Назовите особенности интеллектуального развития подростка.
2. Назовите особенности эмоционально-волевой сферы подростка.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Составьте памятку для молодого специалиста «Особенности интеллектуального развития подростка».
2. Составьте памятку для молодого специалиста «Особенности эмоционально-волевой сферы подростка».

### **Тема 3. Подростковая группа. Особенности общения подростков со взрослыми. (2 часа)**

#### **План:**

1. Специфические поведенческие реакции подростков
2. Подростковая субкультура
3. Общение со сверстниками как ведущая деятельность в подростковом возрасте
4. Особенности общения подростков с родителями.
5. Особенности общения подростков с учителями.
6. Роль общения со взрослыми для развития личности подростка.

*Литература:* [1, с. 68-73]; [2, с. 115-203].

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Виды подростковых субкультур.
2. Особенности межличностного общения подростков.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Подготовьте презентацию «Особенности общения подростков».

### **Тема 4. Подростковый кризис. Девиантное поведение подростков. (2 часа)**

#### **План:**

1. Общая характеристика трудностей общения
2. Факторы, порождающие проблемы психического развития в подростковый период
3. Психологические проблемы познавательной деятельности подростков
4. Психологические проблемы личностного развития в подростковом возрасте
5. Психологические проблемы коммуникативного развития подростков
6. Психологические проблемы в эмоциональной сфере.
7. Понятие и основные характеристики девиантного (отклоняющегося) поведения.
8. Психологическая характеристика основных видов девиантного поведения.
9. Факторы формирования девиантного поведения в подростковом возрасте
10. Особенности проявления девиантного поведения в подростковом возрасте

*Литература:* [1, с. 112-150]; [2, с. 86-104].

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Охарактеризуйте подростковый кризис.
2. Напишите основные особенности девиантного поведения подростков.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Создайте ментальную карту «Особенности подросткового кризиса»

### **Тема 5. Психологическое сопровождение подростков в критических ситуациях. (2 часа)**

**План:**

1. Психологическая сущность понятия «ситуация»
2. Поведенческие проявления переживания критических ситуаций
3. Формы переживания критических ситуаций подростками
4. Девиантное поведение как результат переживания критических ситуаций подростками
5. Психологическое сопровождение личности: пути коррекции отклоняющегося поведения подростков

*Литература:* [1, с. 152-174]; [2, с. 55-85]; [3, с. 109-132 ].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Определите основные характерные особенности критической ситуации.
2. Какие существуют формы переживания критических ситуаций подростками.
3. Какие бывают проявления переживания критических ситуаций.

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Подготовьте список основных методик для выявления кризисных состояний для подросткового возраста.