ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D2DA17A1ADFA801A54EB65B41A5664B2
Владелец: ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА "ГЦОЛИФК"
Действителен: с 31.08.2026 до 24.11.2027

Методические рекомендации
для выполнения самостоятельной работы обучающегося

Самостоятельная работа обучающихся является одной из основных форм внеаудиторной работы при реализации учебных планов и программ.

Самостоятельная работа обучающихся – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Цель самостоятельной работы – содействие оптимальному усвоению студентами учебного материала, развитие их познавательной активности, готовности и потребности в самообразовании.

Задачи самостоятельной работы:

- углубление и систематизация знаний;

- постановка и решение познавательных задач;

- развитие аналитико-синтетических способностей умственной деятельности, умений работы с различной по объёму и виду информацией, учебной и научной литературой;

- практическое применение знаний, умений;

- развитие навыков организации самостоятельного учебного труда и контроля над его эффективностью.

Самостоятельная работа обучающихся является обязательной для каждого студента и определяется учебным планом.

Содержание самостоятельной работы определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий согласно рабочей программы дисциплины.

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов включает в себя:

- подготовку к аудиторным занятиям (лекциям, практическим, семинарским, лабораторным и др.) и выполнение соответствующих заданий;

- самостоятельную работу над отдельными темами учебных дисциплин в соответствии с учебно-тематическими планами;

- выполнение письменных контрольных работ, электронных презентаций;

- подготовку ко всем видам контрольных испытаний, в том числе экзаменам и зачётам;

- работу в студенческих научных обществах, кружках, семинарах и т.п.;

- участие в научной и научно-методической работе кафедры;

- участие в научных и научно-практических конференциях, семинарах и т.п.;

- другие виды деятельности, организуемой и осуществляемой кафедрой и университетом, в целом.

Объем времени, отведенный на внеаудиторную самостоятельную работу, находит отражение:

- в рабочем учебном плане - в целом по теоретическому обучению, каждому из циклов дисциплин, по каждой дисциплине;

- в рабочих программах учебных дисциплин с ориентировочным распределением по разделам или конкретным темам.

Технология организации самостоятельной внеаудиторной работы студентов включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения.

Формы самостоятельной работы студентов определяются содержанием учебной дисциплины. Виды заданий для самостоятельной работы, их содержание и характер могут иметь вариативный и дифференцированный характер, в зависимости от специфики изучаемой дисциплины.

Контроль результатов самостоятельной работы обучающихся осуществляется в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия и самостоятельную работу по дисциплине (модулю), и может проходить в письменной, устной или смешанной форме с предоставлением продукта творческой деятельности (конспекта, теста, реферата, контрольной работы, терминологического диктанта, практического задания и т.п.) согласно материалам оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости.

В качестве форм и методов контроля самостоятельной работы студентов могут быть использованы обмен информационными файлами, опрос или

выступление с докладом на семинарских занятиях, обсуждение выполнения практических заданий, коллоквиумы, тестирование, контрольные работы, защита творческих работ и электронных презентаций и др.

Критериями оценок результатов самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентами учебного материала;

- умения студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;

- сформированность общеучебных умений;

- умения студента активно использовать электронные образовательные ресурсы, находить требующуюся информацию, изучать ее и применять на практике;

- обоснованность и четкость изложения ответа;

- оформление материала в соответствии с требованиями;

- умение ориентироваться в потоке информации, выделять главное;

- умение четко сформулировать проблему, предложив ее решение, критически оценить решение и его последствия;

- умение показать, проанализировать альтернативные возможности, варианты действий;

- умение сформировать свою позицию, оценку и аргументировать ее.

При выполнении некоторых видов самостоятельной работы необходимо учитывать требования и методические рекомендации по их выполнению.

Тестирование – оценочное средство с использованием теста - системы стандартизированных заданий, позволяющей автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося. Тестирование может проводиться как в письменном, так и в электронном виде. Для каждого теста предлагаются особые условия выполнения.

Контрольная работа - это способ проверки текущих знаний студентов по пройденному материалу посредством самостоятельной работы. Студенту необходимо самостоятельно систематизировать и анализировать большой объем информации по заданной теме, найти ответы на конкретно поставленные

вопросы, изложить все в последовательной структуре, а в случае необходимости, реализовать и практическую часть.

Терминологический диктант - вид учебной деятельности, предполагающий самостоятельную письменную работу студентов. Терминологический диктант проводится преподавателем и состоит из нескольких терминов. Оценивается четкая формулировка содержания понятий, знание и умелое оперирование терминами. Подготовка к терминологическому диктанту во время самостоятельной работы предполагает изучение терминологии по дисциплине.

Практические задания - в ходе выполнения практических заданий оцениваются умения пользоваться полученными знаниями. Начинается задание с сообщение темы и цели задания. Задание включает как теоретическую часть, так и практическую. Теоретическая часть. Здесь уместно провести сравнительный анализ известных подходов к данной теме (задаче), общую характеристику вопроса (темы, задачи). Из сравнительного анализа и общей характеристики логически обосновываются возможные варианты решения (трактовки, выработка предложений и пр.). Изложение самого решения. Обзор вариантов и предложений. Свое видение темы, поставленной задачи. Практическая часть. Эта часть работы включает решение прикладной задачи. Студент анализирует условия задачи, производит анализ возможных подходов и методов решения, обосновывает выбранный им метод (методику, алгоритм) и подробно описывает процесс преобразований и полученное решение. Выводы (Заключение). Студенту необходимо выполнить анализ результатов, полученных в работе, как теоретических, так и практических. В итоге им должны быть сформулированы практические и/или теоретические рекомендации по теме задания.

Презентация – вид учебной работы, выполняемый на основе преобразования документальной информации, раскрывающий суть изучаемой темы; представляет собой краткое изложение содержания книги, научной работы, результатов изучения научной проблемы важного социально-культурного, народнохозяйственного или политического значения в виде слайдов.

Презентация отражает различные точки зрения на исследуемый вопрос, в том числе точку зрения самого автора. Изложенное понимание доклада как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: новизна текста; обоснованность выбора источника; степень раскрытия сущности вопроса; соблюдения требований к оформлению. Правильное оформление презентации по образцу. Презентация должна содержать: титульный лист; введение; основную часть; заключение.

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения; одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. В реферате должна быть аргументировано представлена точка зрения студента, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики.. Структура реферата: титульный лист; оглавление (содержание, план) работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта); введение; текстовое изложение материала, разбитое на вопросы (главы) и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором; заключение; список использованной литературы (все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания); приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата). Требования к реферату – объем реферата не менее 8 страниц, количество источников должно быть не менее 8. При оформлении текста на компьютере: межстрочный интервал - полуторный, размер шрифта – 14 TimesNewRoman, отступы: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см.