

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Педагогический институт  
Кафедра общей и клинической психологии

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор института



Т. И. Гущина  
«22» июня 2023 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине Б1.В.02 Психология здоровья

Направление подготовки/специальность: 37.05.01 - Клиническая психология

Профиль/направленность/специализация: Психодиагностика и психологическое консультирование

Уровень высшего образования: специалитет

Квалификация: Клинический психолог

год набора: 2023

Тамбов, 2023

**Автор программы:**

Кандидат философских наук, Мириуца Екатерина Валерьевна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.05.01 - Клиническая психология (уровень специалитета) (приказ Министерства науки и высшего образования РФ от «26» мая 2020 г. № 683).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры общей и клинической психологии «13» июня 2023 г. Протокол № 11

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Педагогического института, Протокол от «22» июня 2023 г. № 9.

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| 1. Цели и задачи дисциплины.....  | 4  |
| 2. Место дисциплины в структуре ОП Специалитета.....  | 5  |
| 3. Объем и содержание дисциплины.....   | 5  |
| 4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....  | 13 |
| 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....   | 38 |
| 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....   | 40 |
| 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы..... | 40 |

## 1. Цели и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-2 Способен осуществлять организацию и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп

### 1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- консультативный и психотерапевтический
- педагогический
- психодиагностический

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сферах: психолого-педагогической, консультативной и социальной помощи субъектам образовательного процесса; основного общего, среднего общего образования, профессионального образования, дополнительного профессионального образования; научных исследований), 02 Здравоохранение (в сферах: психодиагностической, консультативной и психотерапевтической, экспертной деятельности в процессе лечения, реабилитации и профилактики заболеваний, поддержания здорового образа жизни среди населения, при работе с пациентами в рамках лечебно-восстановительного процесса и психолого-просветительской деятельности в рамках профилактических программ для здорового населения; научных исследований), 03 Социальное обслуживание (в сферах: психологического сопровождения представителей социально уязвимых слоев населения; консультативной помощи работникам социальных служб, социальной помощи семье и замещающим семьям; оказания психологической помощи отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию; просвещения и повышения психологической культуры населения)

### 1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

| Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта) | Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия           | Индикаторы достижения компетенций   |
|---|---|---|
|   | ПК-2 Способен осуществлять организацию и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп | Применяет знания о здоровьесберегающих технологиях и психологии здоровья при организации и предоставлении психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп |

### 1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-2 Способен осуществлять организацию и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп

| № п/п | Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи | Форма обучения  |   |   |   |   |    |
|-------|--|-----------------|---|---|---|---|----|
|       |  | Очная (семестр) |   |   |   |   |    |
|       |  | 3               | 4 | 5 | 6 | 9 | 10 |
| 1     | Карьерное консультирование                                   |                 |   |   |   |   | +  |

|    |   |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|
| 2  | Личностные расстройства                                 |   |   |   |   | + |   |
| 3  | Организационная психология                              |   |   |   |   |   | + |
| 4  | Проективные методы в психологии                         |   |   |   |   | + |   |
| 5  | Психодиагностика профессиональной пригодности персонала |   |   |   |   | + |   |
| 6  | Психологическая реабилитология                          |   |   |   |   |   | + |
| 7  | Психология развития и возрастная психология             |   |   | + |   |   |   |
| 8  | Психология стресса                                      | + |   |   |   |   |   |
| 9  | Социальная психология                                   |   | + |   |   |   |   |
| 10 | Теория и практика психологического тренинга             |   |   |   |   | + |   |
| 11 | Технологии публичных выступлений                        |   |   |   |   |   | + |
| 12 | Тренинг когнитивных навыков                             |   |   |   | + |   |   |
| 13 | Тренинг личностного роста                               |   |   |   | + |   |   |
| 14 | Управление человеческими ресурсами                      |   |   |   |   |   | + |
| 15 | Экстренная психологическая помощь                       | + |   |   |   |   |   |

## 2. Место дисциплины в структуре ОП специалитета:

Дисциплина «Психология здоровья» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 37.05.01 - Клиническая психология.

Дисциплина «Психология здоровья» изучается в 7 семестре.

## 3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 3 з.е.

Очная: 3 з.е.

| Вид учебной работы                   | Очная<br>(всего часов) |
|--------------------------------------|------------------------|
| <b>Общая трудоёмкость дисциплины</b> | <b>108</b>             |
| Контактная работа                    | 80                     |
| Лекции (Лекции)                      | 32                     |
| Практические (Практ. раб.)           | 48                     |
| Самостоятельная работа (СР)          | 28                     |
| Зачет                                | -                      |

## 3.2.Содержание курса:

| №<br>темы | Название<br>раздела/темы  | Вид учебной<br>работы, час. |                    |    | Формы текущего<br>контроля              |
|-----------|---|-----------------------------|--------------------|----|---|
|           |   | Лек<br>ции                  | Пра<br>кт.<br>раб. | СР |   |
|           |   | О                           | О                  | О  |   |
| 7 семестр |   |                             |                    |    |   |
| 1         | Введение в психологию профессионального здоровья личности                 | 2                           | 3                  | 1  | Опрос; Эссе                             |
| 2         | Психология здоровья как научное направление                               | 2                           | 3                  | 1  | Опрос                                   |
| 3         | Здоровье как системное понятие  | 2                           | 3                  | 1  | Опрос;<br>Письменная контрольная работа |
| 4         | Уровни здоровья. Физическое, психическое и социальное здоровье            | 2                           | 3                  | 1  | Опрос                                   |
| 5         | Здоровье и образ жизни  | 2                           | 3                  | 2  | Опрос; Реферат                          |
| 6         | Здоровьесберегающая организация образовательной среды                     | 2                           | 3                  | 2  | Опрос                                   |
| 7         | Психологическое обеспечение профессионального здоровья                    | 2                           | 3                  | 2  | Тестирование                            |
| 8         | Здоровье детей и подростков как предпосылка их профессионального здоровья | 2                           | 3                  | 2  | Опрос                                   |
| 9         | Психическое здоровье студентов на этапе профессионального обучения        | 2                           | 3                  | 2  | Тестирование                            |
| 10        | Актуальные проблемы психологии профессионального здоровья                 | 2                           | 3                  | 2  | Опрос                                   |

|    |  |   |   |   |   |
|----|--|---|---|---|---|
| 11 | Работоспособность как критерий профессионального здоровья  | 2 | 3 | 2 | Опрос; Реферат  |
| 12 | Профессиональная патология и профессиональная реабилитация | 2 | 3 | 2 | Опрос   |
| 13 | Экстремальные условия деятельности и здоровье человека     | 2 | 3 | 2 | Опрос; Подготовка и защита презентации                          |
| 14 | Профессиональный стресс и пути его преодоления.            | 2 | 3 | 2 | Опрос   |
| 15 | Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления       | 2 | 3 | 2 | Тестирование  |
| 16 | Программы укрепления профессионального здоровья            | 2 | 3 | 2 | Защита проекта: Программа укрепления профессионального здоровья |

## **Тема 1. Введение в психологию профессионального здоровья личности (ПК-2)**

### **Лекция.**

Предпосылки возникновения психологии профессионального здоровья личности. Сущность и содержание профессионального здоровья. Психологическое обеспечение профессионального здоровья. Безопасность и надежность профессиональной деятельности, повышение ее эффективности, а также обеспечение профессионального долголетия – основные задачи психологии профессионального здоровья.

### **Практическое занятие.**

1. Актуальность психологии профессионального здоровья личности.
2. Исторические аспекты психологии профессионального здоровья личности.
3. Определение понятия «профессиональное здоровье», «психология профессионального здоровья».
4. Компоненты профессионального здоровья личности.

### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.
2. Составить терминологический словарь.
3. Анализ профессиональной заболеваемости в Тамбовской области.

## **Тема 2. Психология здоровья как научное направление (ПК-2)**

### **Лекция.**

История становления и современное состояние психологии здоровья. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры. Определение психологии здоровья и задачи исследования. Направления исследований психологии здоровья: выявление роли психологического фактора в укреплении здоровья человека; формирование внутренней картины здоровья; отношение человека к своему здоровью; поиск оптимальных методов психологического воздействия, направленное на развитие здоровья личности. Создание системы обучения здоровью.

Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками. Методы исследования в психологии здоровья.

### **Практическое занятие.**

1. Вклад В.М. Бехтерева в развитие психологии здоровья как науки.
2. Роль психологов в укреплении здоровья человека.
3. Формирование внутренней картины здоровья.
4. Система обучения здоровью.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы
2. Состояние здоровья населения в Тамбовской области.

### **Тема 3. Здоровье как системное понятие (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Здоровье как системное понятие. Основные модели здоровья: биологическая (здоровье – это отсутствие болезни и нормальное функционирование организма); медицинская (здоровье – это состояние полного физического, социального благополучия, а не только отсутствие болезни); биомедицинская (здоровье – это состояние организма, когда функционирование всех органов и систем уравновешено с внешней средой); ценностно-социальная (здоровье – это ценность для человека, необходимая для удовлетворения потребностей); биосоциальная (здоровье – это гармоничное единство Физическое здоровье); Психологические факторы здоровья. Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья. Психологическая устойчивость личности. Здоровье как социальный феномен. Социальное здоровье. Духовное здоровье и культура. Проблема здоровья в гендерном аспекте.

#### **Практическое занятие.**

1. Основные модели здоровья
2. Характеристика моделей здоровья

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы
2. Подбор пословиц и поговорок, отражающих ценностное отношение к здоровью

### **Тема 4. Уровни здоровья. Физическое, психическое и социальное здоровье (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Классификация уровней здоровья: по силе иммунитета, по происхождению, по физическому состоянию организма и другие. Характеристика физического, психического и социального уровней здоровья. Определение понятия «физическое здоровье». Основные факторы физического здоровья: уровень физического развития, уровень физической подготовки, функциональная подготовленность к выполнению физических нагрузок, уровень и способность к мобилизации адаптационных резервов.

Душевное здоровье и душевные страдания. Значение религии и психологов в сохранении душевного здоровья. Взаимоотношение человека и культуры. Культурный шок как фактор, способствующий утрате здоровья. Психогигиенические задачи для сохранения душевного здоровья.

Заболевания и их социальная значимость. Значение для здоровья общественного устройства и биологического состояния популяции. Социальные девиации и их роль в социальном здоровье. Религиозность и отношение к нормам морали. Уровень здоровья в социальных группах. Социальные классы и их стратификация.

Здоровье в социальных классах. Здоровье в гендерных группах. Семья её трансформация и влияние на здоровье. События, влияющие на здоровьесоциума: исторические, нормативные и ненормативные. Возраст и здоровье.

#### **Практическое занятие.**

1. Уровни здоровья и их классификация.
3. Взгляды З.Фрейда на душевное здоровье и культуру.
4. Позиции А.Адлера и Э.Фрома по культуре и образу жизни.
5. Человек в процессе становления по Г.Оллпорту.
6. Психологи гуманистического направления о душевном здоровье и культуре.



7. Подсистемы культуры по Л.Уайту: жизнеобеспечивающая, социально-коммуникативная, смыслообразующая.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.
2. Количественное определение физического здоровья.
3. Самооценка состояния здоровья по анкете В.П.Войтенко.
4. Разработать критерии и показатели оценки уровня здоровья.

### **Тема 5. Здоровье и образ жизни (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Определение здоровья Всемирной организацией здравоохранения. Из чего складывается образ жизни. Влияние образа жизни на здоровье. Субъективная и объективная оценка здоровья. Отличия в образе жизни у различных социальных групп. Образ жизни и его три категории: уровень, качество, стиль. Здоровый образ жизни и его характеристика. Факторы риска для снижения уровня здоровья. Здоровый образ жизни и конституция человека. Составные части конституции: рефлексивная, генотипическая, фенотипическая, иммунная, нейронная, психологическая, лимфогематологическая, гормональная, энергоаккупунктурная.

Основные принципы здорового образа жизни: социальные и биологические. «Обратный эффект» от распространения установок на здоровый образ жизни. Пропаганда и культивирование здорового образа жизни.

#### **Практическое занятие.**

1. Вклад экологии, медицины и наследственности на состояние здоровья.
2. Характеристика уровня, качества и стиля жизни.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.
2. Составить рацион питания с позиции здорового образа жизни.
3. Разработать распорядок дня работающего человека, отражающий здоровый образ жизни (на производстве, в интеллектуальной сфере, в сфере торговли и др.) .

### **Тема 6. Здоровьесберегающая организация образовательной среды (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Современные подходы к проблеме формирования здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении. Нормативно-правовые основы формирования здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении. Принципы формирования здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении. Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения и ее компоненты. Школьные факторы риска. Основные технологии здоровьесформирующего образования. Сущность, формы и методы управления процессом создания здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении.

#### **Практическое занятие.**

1. Санитарно-гигиенические условия обучения.
2. Рациональная организация учебного процесса и режима учебной нагрузки.
3. Психологический комфорт участников образовательного процесса.
4. Здоровьесберегающие образовательные технологии.
5. Программы образования в сфере здоровья.
6. Интеграция в учебно-воспитательный процесс оздоровительных мероприятий.
7. Семейное консультирование, ориентированное на укрепление здоровья и улучшение социальной адаптации ребенка.
8. Организация работы по укреплению здоровья учителей.
9. Обучение педагогических кадров по вопросам охраны здоровья детей.
10. Мониторинг здоровья.

### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы
2. Анализ программ организации здоровьесберегающей среды образовательных учреждений.
3. Разработка программы «Неделя психологического здоровья» в образовательном учреждении.

## **Тема 7. Психологическое обеспечение профессионального здоровья (ПК-2)**

### **Лекция.**

Профессиональное самоопределение. Профессиональная подготовка. Профессиональная адаптация.

### **Практическое занятие.**

1. Сущность профессионального самоопределения.
2. Факторы профессионального самоопределения.
3. Стадии профессионального становления.
4. Особенности профессионального становления личности на разных возрастных этапах.

### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.
2. Разработать таблицу: «Этапы профессионального становления личности».

## **Тема 8. Здоровье детей и подростков как предпосылка их профессионального здоровья (ПК-2)**

### **Лекция.**

Возрастные особенности внутренней картины здоровья ребенка. Индивидуально-психологические факторы здоровья ребенка, как предпосылки профессионального здоровья. Роль семьи в формировании внутренней картины здоровья и профессиональной пригодности. Психологическая помощь детям и подросткам с искаженной внутренней картиной здоровья. Медицинские показания и противопоказания к различным видам трудовой деятельности подростков.

### **Практическое занятие.**

1. Профессиональная пригодность школьников.
2. Профессиональная ориентация и врачебно-профессиональная консультация для подростков.

### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.
2. Рекомендации подросткам и их родителям по профессиональной ориентации с учетом здоровья.

## **Тема 9. Психическое здоровье студентов на этапе профессионального обучения (ПК-2)**

### **Лекция.**

Факторы, влияющие на психическое здоровье студентов. Стресс в студенческой среде. Ранняя профилактика психического здоровья студентов. Социальная поддержка как фактор психического здоровья студентов. Направления деятельности психологической помощи студентам. Социальная поддержка как фактор психического здоровья. Эмоциональная поддержка. Помощь в решении проблем. Поддержка со стороны конкретных лиц.

### **Практическое занятие.**

1. Стрессогенные факторы в студенческой среде.
2. Идентификация студента со средой деятельности.
3. Неблагоприятные типы поведения среди студентов.

### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы
2. Разработка рекомендаций по сохранению и укреплению психического здоровья студентов.

## **Тема 10. Актуальные проблемы психологии профессионального здоровья (ПК-2)**

### **Лекция.**

Предпосылки появления психологии профессионального здоровья. Проблема здоровья в профессиональной деятельности. Соотношение понятий профессиональное здоровье и здоровье в профессиональной деятельности. Концепция профессионального здоровья. Факторы, влияющие на профессиональное здоровье.

#### **Практическое занятие.**

1. Профессиограмма и требования к профессиональному здоровью.
2. Профессии с повышенными требованиями к здоровью.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.
2. Анализ профессиограмм по физическим, психологическим и социальным требованиям к здоровью.

### **Тема 11. Работоспособность как критерий профессионального здоровья (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Работоспособность и ее сущностные характеристики. Факторы профессиональной работоспособности. Физический статус, психический статус, социальные и социально-психологические факторы. Комплекс мероприятий по сохранению, восстановлению и повышению работоспособности. Принципы проведения мероприятий. Предотвращение или устранение неблагоприятных сдвигов в организме. Расширение функциональных резервов организма или повышение выносливости и их мобилизации.

#### **Практическое занятие.**

1. Работоспособность и ее сущностные характеристики.
2. Факторы профессиональной работоспособности.
3. Физический статус.
4. Психический статус.
5. Социальные и социально-психологические факторы

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.
2. Разработка комплекса мероприятий по сохранению, восстановлению и повышению работоспособности.

### **Тема 12. Профессиональная патология и профессиональная реабилитация (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Профессиональная патология — отрасль медицинской науки, изучающая влияние неблагоприятных условий труда на состояние здоровья человека. Предметом изучения профессиональной патологии является этиопатогенез, клиника, профилактика и терапия различных заболеваний, в развитии которых играют определенную роль профессиональные вредности. Профессиональная реабилитация есть система государственных, социальных, экономических, медицинских, профессиональных, педагогических, психологических и других мероприятий, направленных на восстановление или компенсации нарушенных функций организма, профессиональной работоспособности и социального статуса человека. Программы профессиональной реабилитации. Этапы профессиональной реабилитации.

#### **Практическое занятие.**

1. Система учреждений профессиональной реабилитации.
2. Содержание деятельности психолога по профессиональной реабилитации.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Система учреждений профессиональной реабилитации.
2. Содержание деятельности психолога по профессиональной реабилитации.

### **Тема 13. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Общая характеристика и классификация экстремальных условий деятельности. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций. Общая характеристика поведенческих и психических реакций человека в экстремальных ситуациях. Общая характеристика психогенных расстройств, возникающих при экстремальных ситуациях. Общее представление о деятельности в особых и экстремальных условиях. Особенности психогенных расстройств при деятельности в экстремальных условиях.

#### **Практическое занятие.**

1. Критерии классификации экстремальных ситуаций.
2. Различия в понятиях «экстремальная ситуация» и «экстремальные условия деятельности».
3. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций.
4. Общая характеристика поведенческих и психических реакций человека в экстремальных ситуациях.
5. Психогенные расстройства, возникающие при экстремальных ситуациях.
6. Психические механизмы психогенных нарушений в экстремальных условиях.
7. 9. Охарактеризуйте особенности деятельности в экстремальных условиях.
8. Особенности психогенных расстройств при деятельности в экстремальных условиях.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы
2. Конспектирование.

### **Тема 14. Профессиональный стресс и пути его преодоления. (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Содержание и сущность стресса в профессиональной деятельности. Виды профессионального стресса. Причины и источники профессионального стресса. Стадии. Пути преодоления профессионального стресса.

#### **Практическое занятие.**

1. Стресс-менеджмент.
2. Профилактика профессионального стресса.
3. Способы преодоления профессионального стресса.
4. Предрасположенность к стрессу.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.
2. Анализ профессионального стресса героев сказки Л. Филатова «Сказ про Федота стрельца удалого молодца».

### **Тема 15. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Феномен «выгорания» и его причины. Выгорание, «душевные потери» и здоровье личности. Ресурсы стрессоустойчивости и преодоления выгорания. Личностные и социальные ресурсы преодоления выгорания. Модели преодолевающего поведения как ресурс стрессоустойчивости. Классификации типов ресурсов преодоления. Выгорание и теория «консервации ресурсов». Личностные, поведенческие и социальные ресурсы и их взаимодействия с выгоранием

#### **Практическое занятие.**

1. Личностные, статусно-ролевые, корпоративные и профессиональные факторы риска выгорания.
2. «Выгорание» и его негативных последствий для психосоциального здоровья личности.
3. Индивидуальные последствия выгорания.
4. Основные симптомы выгорания.
5. Основные причины выгорания специалистов, ориентированных на работу с людьми.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.

## 2. Конспектирование.

**Тема 16. Программы укрепления профессионального здоровья (ПК-2)****Лекция.**

Требования к разработке, структура и содержание программ укрепления и сохранения профессионального здоровья.

**Практическое занятие.**

1. Анализ этапов разработки программ укрепления профессионального здоровья.
2. Обсуждение комплекса мероприятий, входящих в состав профилактических программ для разных профессиональных категорий.

**Задания для самостоятельной работы.**

1. Углубленное изучение материалов темы.
2. Разработка программы укрепления профессионального здоровья.

**4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства**

## 4.1. Распределение баллов:

7 семестр

- текущий контроль – 80 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

## Распределение баллов по заданиям:

| № те мы | Название темы / вид учебной работы | Формы текущего контроля / срезы | Мах. кол-во баллов | Методика проведения занятия и оценки |
|---------|------------------------------------|---------------------------------|--------------------|--------------------------------------|
|---------|------------------------------------|---------------------------------|--------------------|--------------------------------------|

|    |   |       |   |  |
|----|---|-------|---|--|
| 1. | Введение в психологию профессионального здоровья личности | Опрос | 2 | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
|----|---|-------|---|--|

|  |  |      |   |  |
|--|--|------|---|--|
|  |  | Эссе | 3 | <p>Эссе – самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем в рамках практического занятия (тема может быть проработана с использованием дополнительной литературы в рамках самостоятельной работы при подготовке к контактной работе). Цель написания эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. Эссе должно содержать четкое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках социологии образования, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме. Структура эссе включает введение (суть и обоснование выбора данной темы, состоит из ряда компонентов, связанных логически и стилистически); основную часть (теоретические основы выбранной проблемы и изложение основного вопроса, предполагает развитие аргументации и анализа, а также обоснование их, исходя из имеющихся данных, других аргументов и позиций по этому вопросу); заключение (обобщения и аргументированные выводы по теме с указанием области ее применения). 8-10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к написанию эссе информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свою точку зрения, приводить примеры из наследия классиков социологии, из жизни общества, современных социологических теорий.</p> <p>6-8 баллов - студент умеет применять полученную при подготовке к написанию эссе информацию, приводить разные точки зрения на анализируемую проблему, приводить примеры из современной жизни общества.</p> <p>4-6 баллов – студент владеет теоретическим материалом по теме эссе, не всегда может сформулировать свою точку зрения, текст эссе не проиллюстрирован примерами.</p> <p>Если студент не представил эссе или эссе не отвечает вышеперечисленным критериям баллы не начисляются.</p> |
|--|--|------|---|--|

|    |   |       |   |  |
|----|---|-------|---|--|
| 2. | Психология здоровья как научное направление | Опрос | 5 | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
|----|---|-------|---|--|



|    |                                |       |   |  |
|----|--------------------------------|-------|---|--|
| 3. | Здоровье как системное понятие | Опрос | 2 | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
|----|--------------------------------|-------|---|--|

|  |  |                               |   |   |
|--|--|-------------------------------|---|---|
|  |  | Письменная контрольная работа | 3 | <p>На письменную контрольную работу отводится 20 минут (все занятие). Тема работы связана с темой занятия, которая известна заранее, конкретные задания преподаватель задает на самом занятии.</p> <p>Исходя из обозначенных заданий, контрольная работа по своему содержанию может быть сведена:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- к изложению решений на сформулированные задачи, условия которых непосредственно связаны со сложными и запутанными ситуациями в конкретной сфере;</li> <li>- к подробному ответу на проблемные контрольные вопросы, которых может быть задано несколько для самостоятельного осмысления;</li> <li>- к изложению материала по определенной тематике, которое на первый взгляд напоминает по способу оформлению доклад либо реферат.</li> </ul> <p>5 баллов – студент выполнил работу без ошибок и недочетов, допустил не более одного недочета.</p> <p>4 балла – студент выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух недочетов.</p> <p>3 балла – студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок, или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух-трех негрубых ошибок, или одной негрубой ошибки и трех недочетов, или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов.</p> <p>2 балла – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил несколько недочетов.</p> <p>1 балл – студент правильно выполнил не более 25% работы, допустил несколько недочетов или более 3 грубых ошибок</p> |
|--|--|-------------------------------|---|---|

|    |   |       |   |
|----|---|-------|---|
| 4. | Уровни здоровья.<br>Физическое, психическое и социальное здоровье | Опрос | <p>5</p> <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
|----|---|-------|---|

|    |                        |       |   |  |
|----|------------------------|-------|---|--|
| 5. | Здоровье и образ жизни | Опрос | 3 | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
|----|------------------------|-------|---|--|

|  |  |         |   |   |
|--|--|---------|---|---|
|  |  | Реферат | 2 | <p>Устное выступление автора по результатам доклада/реферата сосредоточено на принципиальных вопросах, таких как: актуальность темы исследования; методологический аппарат и основные научные подходы (школы), занимавшиеся решением вопросов; новизна работы и основные выводы, сформулированные в ходе изучения материала.</p> <p>Индивидуальная защита предполагает раскрытие личностного аспекта автора доклада/реферата в ходе работы над темой. Необходимо обосновать выбор темы и привести собственные методы и способы работы над проблемой, вынесенной в заглавие. Приведены оригинальные находки, собственные суждения, интересные факты и идеи, полученные в ходе разработки материала. В докладе должна быть отражена личностная значимость проделанной работы и намечены перспективы продолжения исследования. Возможны презентации, раздаточный материал, слайды и т.д.</p> <p>5 баллов – студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических и эмпирических исследований последних 3-5 лет в рамках изучаемой дисциплины, демонстрирует оригинальные находки в решении проблемы, намечены перспективы исследования, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Грамотные ответы на дополнительные вопросы</p> <p>4 балла - студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических или эмпирических исследований последних 5 лет в рамках изучаемой дисциплины, демонстрирует отдельные оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены отдельными штрихами, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Даны грамотные ответы на отдельные дополнительные вопросы</p> <p>3 балла - логика выступления в отдельных местах нарушается, тема исследования раскрывается, опираясь на результаты теоретических исследований последних 10 лет в рамках изучаемой дисциплины, отсутствуют оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены пунктирно, продемонстрированы средние ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов, ответы на вопросы требуют уточнения.</p> <p>2 балла – представленные результаты в массе своей не новы, ответ представляет собой простое зачитывание текста, отдельные ответы на дополнительные вопросы требуют уточнения</p> <p>1 балл - представленные результаты в массе своей не новы, ответ представляет собой простое зачитывание текста, студент не может дать ответы на дополнительные вопросы</p> |
|--|--|---------|---|---|

|    |  |              |   |  |
|----|--|--------------|---|--|
| 6. | Здоровьесберегающая организация образовательной среды  | Опрос        | 5 | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
| 7. | Психологическое обеспечение профессионального здоровья | Тестирование | 5 | <p>Тест состоит из 15 вопросов.</p> <p>10 баллов – студент правильно отвечает на 100% вопросов в тесте</p> <p>9 баллов – студент правильно отвечает на 95-99% вопросов в тесте</p> <p>8 баллов – студент правильно отвечает на 85-94% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 75-84% вопросов в тесте</p> <p>6 баллов – студент правильно отвечает на 65-74% вопросов в тесте</p> <p>5 баллов – студент правильно отвечает на 55-64% вопросов в тесте</p> <p>Менее 55% правильных ответов – баллы не начисляются. Возможна пересдача теста.</p>   |

|    |   |                                |    |  |
|----|---|--------------------------------|----|--|
| 8. | Здоровье детей и подростков как предпосылка их профессионального здоровья | Опрос                          | 5  | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
| 9. | Психическое здоровье студентов на этапе профессионального обучения        | Тестирование(контрольный срез) | 10 | <p>Тест состоит из 15 вопросов.</p> <p>10 баллов – студент правильно отвечает на 100% вопросов в тесте</p> <p>9 баллов – студент правильно отвечает на 95-99% вопросов в тесте</p> <p>8 баллов – студент правильно отвечает на 85-94% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 75-84% вопросов в тесте</p> <p>6 баллов – студент правильно отвечает на 65-74% вопросов в тесте</p> <p>5 баллов – студент правильно отвечает на 55-64% вопросов в тесте</p> <p>Менее 55% правильных ответов – баллы не начисляются.</p> <p>Возможна пересдача теста.</p>  |

|     |   |       |   |  |
|-----|---|-------|---|--|
| 10. | Актуальные проблемы психологии профессионального здоровья | Опрос | 5 | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
|-----|---|-------|---|--|



|     |   |       |   |  |
|-----|---|-------|---|--|
| 11. | Работоспособность как критерий профессионального здоровья | Опрос | 3 | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
|-----|---|-------|---|--|

|  |  |         |   |   |
|--|--|---------|---|---|
|  |  | Реферат | 2 | <p>Устное выступление автора по результатам доклада/реферата сосредоточено на принципиальных вопросах, таких как: актуальность темы исследования; методологический аппарат и основные научные подходы (школы), занимавшиеся решением вопросов; новизна работы и основные выводы, сформулированные в ходе изучения материала.</p> <p>Индивидуальная защита предполагает раскрытие личностного аспекта автора доклада/реферата в ходе работы над темой. Необходимо обосновать выбор темы и привести собственные методы и способы работы над проблемой, вынесенной в заглавие. Приведены оригинальные находки, собственные суждения, интересные факты и идеи, полученные в ходе разработки материала. В докладе должна быть отражена личностная значимость проделанной работы и намечены перспективы продолжения исследования. Возможны презентации, раздаточный материал, слайды и т.д.</p> <p>5 баллов – студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических и эмпирических исследований последних 3-5 лет в рамках изучаемой дисциплины, демонстрирует оригинальные находки в решении проблемы, намечены перспективы исследования, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Грамотные ответы на дополнительные вопросы</p> <p>4 балла - студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических или эмпирических исследований последних 5 лет в рамках изучаемой дисциплины, демонстрирует отдельные оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены отдельными штрихами, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Даны грамотные ответы на отдельные дополнительные вопросы</p> <p>3 балла - логика выступления в отдельных местах нарушается, тема исследования раскрывается, опираясь на результаты теоретических исследований последних 10 лет в рамках изучаемой дисциплины, отсутствуют оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены пунктирно, продемонстрированы средние ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов, ответы на вопросы требуют уточнения.</p> <p>2 балла – представленные результаты в массе своей не новы, ответ представляет собой простое зачитывание текста, отдельные ответы на дополнительные вопросы требуют уточнения</p> <p>1 балл - представленные результаты в массе своей не новы, ответ представляет собой простое зачитывание текста, студент не может дать ответы на дополнительные вопросы</p> |
|--|--|---------|---|---|

|     |  |       |   |  |
|-----|--|-------|---|--|
| 12. | Профессиональная патология и профессиональная реабилитация | Опрос | 5 | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
|-----|--|-------|---|--|

|     |  |       |   |  |
|-----|--|-------|---|--|
| 13. | Экстремальные условия деятельности и здоровье человека | Опрос | 5 | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
|-----|--|-------|---|--|

|  |  |                                 |    |  |
|--|--|---------------------------------|----|--|
|  |  | Подготовка и защита презентации | 10 | <p>Презентация подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;</li> <li>- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;</li> <li>- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;</li> <li>- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.</li> </ul> <p>9-10 баллов – презентация соответствует теме, структура и оформление отвечает вышеперечисленным требованиям, студент свободно владеет материалом, демонстрирует глубокие, систематизированные знания, свободно отвечает на вопросы, используя профессиональную терминологию</p> <p>7-8 баллов – презентация соответствует теме, структура и оформление в основном отвечает вышеперечисленным требованиям, студент владеет представленным материалом, отвечает на заданные вопросы</p> <p>5-6 баллов – в структуре и оформлении презентации имеются недоработки, материал представлен в презентации не рационально, мало иллюстративного материала, студент владеет неполной информацией по теме, затрудняется с ответами на задаваемые вопросы</p> <p>3-4 балла - в структуре и оформлении презентации имеются недоработки, материал представлен сплошным текстом, мало иллюстративного материала, студент слабо владеет информацией по теме, при ответе использует заготовленный текст, затрудняется с ответами на задаваемые вопросы</p> <p>1-2 балла - в структуре и оформлении презентации имеются значительные недоработки, материал представлен не по теме, сплошным текстом, мало иллюстративного материала, студент слабо владеет информацией по теме, при ответе использует заготовленный текст, не может отвечать на поставленные дополнительные вопросы</p> |
|--|--|---------------------------------|----|--|

|     |  |                                |    |  |
|-----|--|--------------------------------|----|--|
| 14. | Профессиональный стресс и пути его преодоления.      | Опрос                          | 5  | <p>Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.</p> <p>Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии.</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p> |
| 15. | Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления | Тестирование(контрольный срез) | 10 | <p>Тест состоит из 15 вопросов.</p> <p>10 баллов – студент правильно отвечает на 100% вопросов в тесте</p> <p>9 баллов – студент правильно отвечает на 95-99% вопросов в тесте</p> <p>8 баллов – студент правильно отвечает на 85-94% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 75-84% вопросов в тесте</p> <p>6 баллов – студент правильно отвечает на 65-74% вопросов в тесте</p> <p>5 баллов – студент правильно отвечает на 55-64% вопросов в тесте</p> <p>Менее 55% правильных ответов – баллы не начисляются.</p> <p>Возможна пересдача теста.</p>  |

|     |   |  |   |  |
|-----|---|--|---|--|
| 16. | Программы укрепления профессионального здоровья | Защита проекта: Программ а укрепления профессионального здоровья | 5 | <p>Подготовка и защита программы профилактики ЗОЖ. При выступлении с проектом необходимо обращать внимание на такие моменты как:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содержание проекта: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;</li> <li>- оформление проекта: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;</li> <li>- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;</li> <li>- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.</li> </ul> <p>5 баллов – презентация проекта соответствует теме, структура и оформление отвечает вышеперечисленным требованиям, студент свободно владеет материалом, демонстрирует глубокие, систематизированные знания, свободно отвечает на вопросы, используя профессиональную терминологию</p> <p>4 балла – презентация проекта соответствует теме, структура и оформление в основном отвечает вышеперечисленным требованиям, студент владеет представленным материалом, отвечает на заданные вопросы</p> <p>3 балла – в структуре и оформлении презентации проекта имеются недоработки, материал представлен в презентации не рационально, мало иллюстративного материала, студент владеет неполной информацией по теме, затрудняется с ответами на задаваемые вопросы</p> <p>2 балла - в структуре и оформлении презентации проекта имеются недоработки, материал представлен сплошным текстом, мало иллюстративного материала, студент слабо владеет информацией по теме, при ответе использует заготовленный текст, затрудняется с ответами на задаваемые вопросы</p> <p>1 балл - в структуре и оформлении презентации проекта имеются значительные недоработки, материал представлен не по теме, сплошным текстом, мало иллюстративного материала, студент слабо владеет информацией по теме, при ответе использует заготовленный текст, не может отвечать на поставленные дополнительные вопросы</p> |
|-----|---|--|---|--|

|     |                   |     |   |
|-----|-------------------|-----|---|
| 17. | Премияльные баллы | 20  | Дополнительные премияльные баллы могут быть начислены:<br>- постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов;<br>- полностью подготовленная к публикации статья по тематике в рамках дисциплины – 10 баллов;<br>- участие в выставке по тематике изучаемой дисциплины – 10 баллов;<br>- участие с докладом во всероссийской олимпиаде по тематике изучаемой дисциплины – 20 баллов;<br>- публикация статьи по тематике изучаемой дисциплины в сборнике студенческих работ / материалах всероссийской конференции / журнале из перечня ВАК – 10 / 15 / 20 |
| 18. | Итого за семестр  | 100 |   |

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

| 100-балльная система | Традиционная система |
|----------------------|----------------------|
| 50 - 100 баллов      | Зачтено              |
| 0 - 49 баллов        | Не зачтено           |

#### 4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

### **Защита проекта: Программа укрепления профессионального здоровья**

#### Тема 16. Программы укрепления профессионального здоровья

Примеры тем для разработки программ укрепления профессионального здоровья:

1. Рацион питания с позиции здорового образа жизни.
2. Распорядок дня работающего человека, отражающий здоровый образ жизни (на производстве, в интеллектуальной сфере, в сфере торговли и др.).
3. Личностные деформации, трудоголизм, прокрастинация, моббинг, буллинг, агрессия, насилие и презентизм на работе.

### **Опрос**

#### Тема 1. Введение в психологию профессионального здоровья личности

1. Актуальность психологии профессионального здоровья личности.
2. Исторические аспекты психологии профессионального здоровья личности.
3. Определение понятия «профессиональное здоровье», «психология профессионального здоровья».
4. Компоненты профессионального здоровья личности.

#### Тема 2. Психология здоровья как научное направление

1. Вклад В.М. Бехтерева в развитие психологии здоровья как науки.
2. Роль психологов в укреплении здоровья человека.
3. Формирование внутренней картины здоровья.
4. Система обучения здоровью.

#### Тема 3. Здоровье как системное понятие

1. Основные модели здоровья
2. Характеристика моделей здоровья



#### Тема 4. Уровни здоровья. Физическое, психическое и социальное здоровье

1. Уровни здоровья и их классификация.
3. Взгляды З.Фрейда на душевное здоровье и культуру.
4. Позиции А.Адлера и Э.Фрома по культуре и образу жизни.
5. Человек в процессе становления по Г.Оллпорту.
6. Психологи гуманистического направления о душевном здоровье и культуре.
7. Подсистемы культуры по Л.Уайту: жизнеобеспечивающая, социально-коммуникативная, смыслообразующая.

#### Тема 5. Здоровье и образ жизни

1. Вклад экологии, медицины и наследственности на состояние здоровья.
2. Характеристика уровня, качества и стиля жизни.

#### Тема 6. Здоровьесберегающая организация образовательной среды

1. Санитарно-гигиенические условия обучения.
2. Рациональная организация учебного процесса и режима учебной нагрузки.
3. Психологический комфорт участников образовательного процесса.
4. Здоровьесберегающие образовательные технологии.
5. Программы образования в сфере здоровья.
6. Интеграция в учебно-воспитательный процесс оздоровительных мероприятий.
7. Семейное консультирование, ориентированное на укрепление здоровья и улучшение социальной адаптации ребенка.
8. Организация работы по укреплению здоровья учителей.
9. Обучение педагогических кадров по вопросам охраны здоровья детей.
10. Мониторинг здоровья.

#### Тема 8. Здоровье детей и подростков как предпосылка их профессионального здоровья

1. Профессиональная пригодность школьников.
2. Профессиональная ориентация и врачебно-профессиональная консультация для подростков.

#### Тема 10. Актуальные проблемы психологии профессионального здоровья

1. Профессиограмма и требования к профессиональному здоровью.
2. Профессии с повышенными требованиями к здоровью.

#### Тема 11. Работоспособность как критерий профессионального здоровья

1. Работоспособность и ее сущностные характеристики.
2. Факторы профессиональной работоспособности.
3. Физический статус.
4. Психический статус.
5. Социальные и социально-психологические факторы

#### Тема 12. Профессиональная патология и профессиональная реабилитация

1. Система учреждений профессиональной реабилитации.
2. Содержание деятельности психолога по профессиональной реабилитации.

#### Тема 13. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека

1. Критерии классификации экстремальных ситуаций.
2. Различия в понятиях «экстремальная ситуация» и «экстремальные условия деятельности».

3. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций.
4. Общая характеристика поведенческих и психических реакций человека в экстремальных ситуациях.
5. Психогенные расстройства, возникающие при экстремальных ситуациях.
6. Психические механизмы психогенных нарушений в экстремальных условиях.
7. 9. Охарактеризуйте особенности деятельности в экстремальных условиях.
8. Особенности психогенных расстройств при деятельности в экстремальных условиях.

#### Тема 14. Профессиональный стресс и пути его преодоления.

1. Стресс-менеджмент.
2. Профилактика профессионального стресса.
3. Способы преодоления профессионального стресса.
4. Предрасположенность к стрессу.

### Письменная контрольная работа

#### Тема 3. Здоровье как системное понятие

1. Выбрать и описать любую из нижеперечисленных моделей здоровья:

Медицинская модель

Биомедицинская модель

Биосоциальная модель

Ценностно-социальная модель здоровья

2. Дать соответствующее определение здоровья и описать компоненты, которые входят в выбранную модель здоровья.

### Подготовка и защита презентации

#### Тема 13. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека

1. Критерии классификации экстремальных ситуаций.
2. Различия в понятиях «экстремальная ситуация» и «экстремальные условия деятельности».
3. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций.
4. Общая характеристика поведенческих и психических реакций человека в экстремальных ситуациях.
5. Психогенные расстройства, возникающие при экстремальных ситуациях.
6. Психические механизмы психогенных нарушений в экстремальных условиях.
7. Охарактеризуйте особенности деятельности в экстремальных условиях.
8. Особенности психогенных расстройств при деятельности в экстремальных условиях.

### Реферат

#### Тема 5. Здоровье и образ жизни

1. Оптимальный рацион питания для представителей разных профессий.
2. Распорядок дня работающего человека, отражающий здоровый образ жизни (на производстве, в интеллектуальной сфере, в сфере торговли и др.) .
3. Студент может выбрать самостоятельно тему.

#### Тема 11. Работоспособность как критерий профессионального здоровья

1. Психологические приемы повышения работоспособности.
2. Методики психодиагностики работоспособности.

### 3. Методики диагностики стресса и стрессоустойчивости.

## Тестирование

### Тема 7. Психологическое обеспечение профессионального здоровья

#### 1. Важнейший принцип психодиагностики называется:

- А) конгруэнтность
- Б) конфиденциальность
- В) толерантность
- Г) лояльность

#### 2. Способность оценивать себя называется:

- А) самодеятельность
- Б) самооценка
- В) самопрезентация
- Г) самовосприятие

#### 3. Что не является типичной ошибкой при выборе профессии?

- А) незнание мира профессий
- Б) незнание зарплаты
- В) незнание себя
- Г) незнание правил выбора профессии

#### 4. Что можно охарактеризовать как «Хочу знать»?

- А) здоровье
- Б) склонности
- В) интересы
- Г) способности

#### 5. Что формируется в течение жизни и проявляется в поведении и отношении к чему - либо?

- А) темперамент
- Б) характер
- В) способности
- Г) здоровье

#### 6. Для какого типа темперамента характерны спокойствие, размеренность, миролюбивость?

- А) холерик
- Б) флегматик
- В) сангвиник
- Г) меланхолик

#### 7. Для какого типа темперамента характерны повышенная чувствительность, тревожность, замкнутость?

- А) холерик
- Б) меланхолик
- В) сангвиник
- Г) флегматик

#### 8. Кто разработал классификацию темпераментов?

- А) Гиппократ
- Б) Сократ
- В) Плутарх
- Г) Аристотель

#### 9. Руководить людьми труднее всего

- А) сангвинику

- Б) холерику
- В) флегматику
- Г) меланхолику

**10. Для интроверта больше всего подойдет работа**

- А) юриста
- Б) журналиста
- В) парикмахера
- Г) корректора

**Тема 9. Психическое здоровье студентов на этапе профессионального обучения**

**1. Какие категории составляют образ жизни человека?**

- а. Уровень жизни, качество жизни
- б. Уровень жизни, стиль жизни
- в. Уровень жизни, качество жизни, стиль жизни.

**2. Вид профилактики, призванный предупредить прогрессирование имеющегося заболевания**  
первичная;  
вторичная;  
третичная.

**3. Целью какой науки является научное обоснование медико-социальных путей оздоровления общества в целом и отдельных его групп?**  
социальной гигиены;  
социальной медицины;  
валеологии;  
психологии здоровья.

**Тема 15. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления**

**1. Присущее любому живому существу, универсальное и фундаментальное свойство, которое обеспечивает приспособление, сохранение и развитие разнообразных форм жизни, а в целом и успешность их взаимодействия с миром, называется:**

- саморегуляцией

**2. Любое химическое соединение, которое воздействует на функционирование организма и приводит к появлению зависимости от него, — это:**

- наркотик

**3. \_\_\_\_\_ — это наука об индивидуальном здоровье человека — это.**

- Валеология

**4. Стадия \_\_\_\_\_ — это четвертая стадия психофизиологических реакций пострадавших в результате катастроф характеризуется постепенной стабилизацией настроения и самочувствия, но сохраняется пониженный эмоциональный фон, ограничены контакты с окружающими, отмечается гипомимия.**

- разрешения

**5. \_\_\_\_\_ — это процесс развития физических качеств путем использования функциональных резервов, а также формирования и совершенствования двигательных навыков на основе сложных комплексов условных и безусловных рефлексов.**

## Эссе

Тема 1. Введение в психологию профессионального здоровья личности

Эссе на темы "Что вы вкладываете в понятие Профессиональное здоровье".

### 4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

#### Типовые вопросы зачета (ПК-2)

1. Здоровье и подходы к его определению.
2. Вклад В.М. Бехтерева в становление психологии здоровья.
3. Здоровье как системное понятие.
4. Классификации уровней здоровья.
5. Основные принципы и технологии развития физического, психологического и духовного здоровья человека.
6. Образ жизни и его категории.
7. Здоровый образ жизни и его компоненты.
8. Психология профессионального здоровья как новое научно-практическое направление современной психологии.
9. Методы исследования в психологии профессионального здоровья.
10. История становления и современное состояние психологии профессионального здоровья.
11. Проблема здоровья в профессиональной деятельности.
12. Профессиональное здоровье и влияющие на него факторы.
13. Концепция профессионального здоровья.
14. Работа психолога по сопровождению старшеклассников в профессиональном выборе.
15. Профессиональная подготовка и психологическое здоровье.
16. Профессиональная адаптация и психологическое здоровье.
17. Надежность и безопасность профессиональной деятельности.
18. Работоспособность как критерий профессионального здоровья.
19. Мероприятия по сохранению и укреплению работоспособности.
20. Факторы риска профессионального здоровья на различных возрастных этапах профессионального становления личности.
21. Психологические критерии и проявления нарушения профессионального здоровья.
22. Методы и методики профессиональной диагностики в работе со школьниками.
23. Методы и методики профессиональной диагностики на этапе трудоустройства (на примере конкретной профессии).
24. Мониторинг профессионального здоровья сотрудников (на примере конкретной профессии).
25. Стресс в профессиональной деятельности.
26. Профилактика профессионального стресса. Стресс-менеджмент.
27. Профессиональная патология.
28. Профессиональная реабилитация.
29. Программы профессиональной реабилитации.
30. Нарушения профессионального здоровья.
31. Синдром эмоционального выгорания как проблема психологии профессионального здоровья. Профилактика и преодоление.
32. Методы профилактики нарушений профессионального здоровья.
33. Программы профилактики и борьбы с нарушениями профессионального здоровья.

34. Профессиональные риски и здоровье педагога и психолога.
35. Профессиональные риски и здоровье медицинских работников.
36. Профессиональные риски и здоровье сотрудников силовых структур.

### Типовые задания для зачета (ПК-2)

Задача. Определите вид профилактики к которому относится профилактика профессионального выгорания у сотрудников психиатрической больницы.

Ответ: первичная или вторичная, в зависимости от уровня выраженности данного состояния у медицинского персонала.

#### 4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

| Оценка                          | Компетенции | Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  |
|---------------------------------|-------------|---|
| «зачтено»<br>(50 - 100 баллов)  | ПК-2        | Демонстрирует высокий уровень знаний о здоровьесберегающих технологиях и психологии здоровья при организации и предоставлении психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп |
| «не зачтено»<br>(0 - 49 баллов) | ПК-2        | Демонстрирует низкий уровень знаний о здоровьесберегающих технологиях и психологии здоровья при организации и предоставлении психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп  |

### 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

#### 5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

#### 5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

#### 5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

#### 5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;

- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 Основная литература:**

1. Разумникова О. М. Психология здоровья : учебное пособие. - Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017. - 92 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575002>
2. Фролова, Ю. Г. Психология здоровья : пособие. - 2023-01-20; Психология здоровья. - Минск: Вышэйшая школа, 2014. - 256 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/35533.html>
3. Петрушин В. И., Петрушина Н. В. Психология здоровья : Учебник для вузов. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 381 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/452565>

### **6.2 Дополнительная литература:**

1. Секач, М. Ф. Психология здоровья : учебное пособие для высшей школы. - 2021-02-01; Психология здоровья. - Москва: Академический Проект, 2015. - 192 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/36750.html>
2. Титаренко, Е. В. Психология здоровья : практикум. - Весь срок охраны авторского права; Психология здоровья. - Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2018. - 99 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/83204.html>

### **6.3 Иные источники:**

1. Единое окно доступа к образовательным интернет-ресурсам Федерального портала «Российское образование» - [http://window.edu.ru/catalog/?p\\_rubr=2.1.21%2F](http://window.edu.ru/catalog/?p_rubr=2.1.21%2F)
2. Журнал "Вопросы психологии" - <http://www.voppsy.ru/>
3. Журнал «Психологический журнал» - [http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut\\_p/psihologic.html](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/psihologic.html)
4. Журнал «Психология. Журнал высшей школы экономики» - <https://jsps.hse.ru/index.php/psychology/issue/archive>
5. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система - <http://www.studentlibrary.ru>
6. Словари и энциклопедии он-лайн - <http://dic.academic.ru>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.



Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Adobe Flash Player 28 NPAPI Adobe Systems Incorporated 17.05.2018

Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows "Лаборатория Касперского"

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

Операционная система Microsoft Windows 10

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Web of Science: политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая база данных . – URL: <https://apps.webofknowledge.com>

2. Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина. – URL: <http://www.tambovlib.ru>

3. ЭБС «Консультант студента»: коллекции: Медицина. Здравоохранение. Гуманитарные науки . – URL: <https://www.studentlibrary.ru>

4. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: <https://biblioclub.ru>

5. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ. – URL: <http://biblio.tsutmb.ru/elektronnyij-katalog>

### **Электронная информационно-образовательная среда**

[https://auth.tsutmb.ru/authorize?response\\_type=code&client\\_id=moodle&state=xyz](https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz)

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.