

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет психологии и дефектологии
Кафедра специальной и прикладной психологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности

Направление подготовки: 37.04.01 Психология

Профиль подготовки: Психология развития

Форма обучения: очно-заочная

Разработчики:

Сухарева Н. Ф., канд. психол. наук, доцент кафедры специальной и прикладной психологии

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 7
от 24.02.2021 года



Зав. кафедрой _____ Яшкова А. Н.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины – освоить технологии развития и сохранения психологического здоровья личности.

Задачи дисциплины:

- формировать представления о психологическом здоровье личности и его ценности;
- систематизировать теоретико-методологические подходы к разработке и реализации профилактических проектов в сфере психологии здоровья;
- осваивать технологии развития и сохранения психологического здоровья применительно к разным категориям граждан;
- развивать профессиональную мотивацию и профессиональное мышление;
- воспитывать толерантность, гражданскую позицию и гуманистическую направленность личности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.О.08.01 «Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: сформированность знаний, умений и компетенций, предусмотренных ФГОС высшего образования (уровень – бакалавриат).

Освоение дисциплины Б1.О.08.01 «Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.О.08.05 Разработка и реализация программ психологического вмешательства;

Б1.В.01.ДВ.02.01 Диагностика девиантного поведения;

Б1.В.01.ДВ.02.02 Диагностика зависимого поведения;

Б1.В.01.ДВ.03.01 Клиническая психодиагностика личности;

Б1.В.01.ДВ.03.02 Патопсихологическая диагностика личности;

Б1.В.05.01 Коррекция психического развития детей с ОВЗ;

Б1.В.05.02 Коррекция эмоциональных нарушений личности;

Б1.В.05.03 Психологическое сопровождение одаренных детей и подростков;

Б1.В.05.04 Социально-психологическое сопровождение детей "группы-риска".

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности», включает решение профессиональных задач в сферах: 01 Образование и наука и 03 Социальное обслуживание.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО	
Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	
УК-6.1. Знает особенности принятия и реализации организационных, в том числе управленческих решений; теоретико-методологические основы саморазвития,	знать: - особенности принятия и реализации организационных, в том числе управленческих решений; теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, сохранения психологического здоровья личности; направления использования творческого

самореализации; направления использования творческого потенциала собственной деятельности; деятельностный подход в исследовании личностного развития	потенциала собственной деятельности; деятельностный подход в исследовании личностного развития
УК-6.2. Умеет определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач	уметь: - определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач
УК-6.3. Владеет навыками определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; планирования собственной профессиональной деятельности	владеть: - навыками определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; планирования собственной профессиональной деятельности
ОПК-7. Способен вести просветительскую и психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	
ОПК-7.1. Знает требования к организации и проведению просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	знать: - требования к организации и проведению просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей
ОПК-7.2. Умеет планировать и разрабатывать содержание просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в	уметь: - планировать и разрабатывать содержание просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в

решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	
ОПК-7.3. Владеет навыками организации и проведения просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	владеть: - навыками организации и проведения просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
Контактная работа (всего)	28	28
Лекции	14	14
Практические	14	14
Самостоятельная работа (всего)	44	44
Виды промежуточной аттестации	36	36
Экзамен	36	36
Общая трудоемкость часы	108	108
Общая трудоемкость зачетные единицы	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Теоретико-методологические основы психологии здоровья:

Понятие психологии здоровья как динамично развивающейся области знаний. История психологии здоровья. Теоретические подходы к определению здоровья. Понятие психологического здоровья личности. Индикаторы психического и психологического здоровья. Оценка состояния здоровья. Контроль поведения, связанного со здоровьем.

Раздел 2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья на разных возрастных этапах развития личности:

Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период младенчества, раннего детства, дошкольного детства, младшего школьного возраста, подросткового возраста, юношества, молодости, зрелости, старости. Выделение контингентов риска и определение стратегий психологического вмешательства.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (14 ч.)

Раздел 1. Теоретико-методологические основы психологии здоровья (6 ч.)

Тема 1. Психология здоровья как динамично развивающаяся область знаний (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие, объект, предмет, цель и задачи психологии здоровья.
2. История возникновения и развития психологии здоровья.
3. Теоретические подходы к определению здоровья.
4. Методы психологии здоровья.

Тема 2. Понятие психологического здоровья личности (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Сущность психологического здоровья.
2. Компоненты психологического здоровья.
3. Характеристика психологического здоровья людей разных возрастных категорий.

Тема 3. Диагностика состояния здоровья (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Объективное измерение состояния здоровья.
2. Субъективное измерение состояния здоровья.
3. Индикаторы психического и психологического здоровья.
4. Контроль поведения, связанного со здоровьем.

Раздел 2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья на разных возрастных этапах развития личности (8 ч.)

Тема 4. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период дошкольного детства (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период младенчества.
2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период раннего детства.
3. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период дошкольного детства.

Тема 5. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период младшего школьного и подросткового возраста (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период младшего школьного возраста.
2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период подросткового возраста.

Тема 6. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период юношества и молодости (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период раннего юношеского возраста.
2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период позднего юношеского возраста.
3. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период молодости.

Тема 7. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период зрелости и старости (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период зрелости.
2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период старости.

5.3. Содержание дисциплины: Практические (14 ч.)

Раздел 1. Теоретико-методологические основы психологии здоровья (6 ч.)

Тема 1. Психология здоровья как динамично развивающаяся область знаний (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие, объект, предмет, цель и задачи психологии здоровья.
2. История возникновения и развития психологии здоровья.
3. Теоретические подходы к определению здоровья.
4. Методы психологии здоровья.

Тема 2. Понятие психологического здоровья личности (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Сущность психологического здоровья.
2. Компоненты психологического здоровья.
3. Характеристика психологического здоровья людей разных возрастных категорий.

Тема 3. Диагностика состояния здоровья (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Объективное измерение состояния здоровья.
2. Субъективное измерение состояния здоровья.
3. Индикаторы психического и психологического здоровья.
4. Контроль поведения, связанного со здоровьем.

Раздел 2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья на разных возрастных этапах развития личности (8 ч.)

Тема 4. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период дошкольного детства (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период младенчества.
2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период раннего детства.
3. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период дошкольного детства.

Тема 5. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период младшего школьного и подросткового возраста (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период младшего школьного возраста.
2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период подросткового возраста.

Тема 6. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период юношества и молодости (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период раннего юношеского возраста.
2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период позднего юношеского возраста.
3. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период молодости.

Тема 7. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период зрелости и старости (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период зрелости.
2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период старости.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Первый семестр

Раздел 1. Теоретико-методологические основы психологии здоровья

1. Проведите сравнительный анализ определений понятия «здоровья», имеющих в научной литературе.
2. Выделите этапы развития психологии здоровья в зарубежной и отечественной науке.
3. Охарактеризуйте основные методы психологии здоровья.

- Сравните индикаторы психического и психологического здоровья.
- Опишите модели социального контроля поведения, связанного со здоровьем.
- Перечислите отрицательные и положительные факторы, влияющие на уровень здоровья населения.
- Приведите примеры высказываний известных людей о здоровье. Аргументируйте их точку зрения.

Раздел 2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья на разных возрастных этапах развития личности

- Сравните имеющиеся в научной литературе подходы к психопрофилактике болезней людей.
- Прокомментируйте высказывание Л. Толстого о здоровье: «Мудрец будет скорее избегать болезней, чем выбирать средства против них».
- Представьте классификацию профилактических воздействий в сфере психологии здоровья.
- Обоснуйте необходимость разработки и реализации профилактических проектов в сфере психологии здоровья в образовательных учреждениях.
- Выделите группы риска нарушения здоровья среди учащихся и определите стратегии вмешательства.
- Раскройте этапы разработки профилактической программы в области психологии здоровья с детьми и взрослыми.
- Охарактеризуйте технологии оценки эффективности профилактического воздействия в сфере здоровья детей и взрослых.

7. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

№ п/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Раздел 1. Теоретико-методологические основы психологии здоровья	УК-6, ОПК-7
2	Раздел 2. Технологии развития и сохранения психологического здоровья на разных возрастных этапах развития личности	УК-6, ОПК-7

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки			
УК-6.1. Знает особенности принятия и реализации организационных, в том числе управленческих решений; теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации; направления использования творческого потенциала собственной деятельности; деятельностный подход в исследовании личностного развития			
Не знает особенности принятия и реализации организационных, в том числе управленческих	В целом успешно, но бессистемно знает особенности принятия и реализации организационных, в	В целом успешно, но с отдельными недочетами знает особенности принятия и реализации	В полном объеме знает особенности принятия и реализации организационных, в том числе

решений; теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, сохранения психологического здоровья личности; направления использования творческого потенциала собственной деятельности; деятельностный подход в исследовании личностного развития	том числе управленческих решений; теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, сохранения психологического здоровья личности; направления использования творческого потенциала собственной деятельности; деятельностный подход в исследовании личностного развития	организационных, в том числе управленческих решений; теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, сохранения психологического здоровья личности; направления использования творческого потенциала собственной деятельности; деятельностный подход в исследовании личностного развития	управленческих решений; теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, сохранения психологического здоровья личности; направления использования творческого потенциала собственной деятельности; деятельностный подход в исследовании личностного развития
УК-6.2. Умеет определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач			
Не умеет определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач	В целом успешно, но бессистемно умеет определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач	В целом успешно, но с отдельными недочетами умеет определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач	В полном объеме умеет определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач
УК-6.3. Владеет навыками определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; планирования собственной профессиональной			

деятельности			
Не владеет навыками определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; планирования собственной профессиональной деятельности и экспертных задач	В целом успешно, но бессистемно владеет навыками определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; планирования собственной профессиональной деятельности	В целом успешно, но с отдельными недочетами владеет навыками определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; планирования собственной профессиональной деятельности	В полном объеме владеет навыками определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; планирования собственной профессиональной деятельности
ОПК-7. Способен вести просветительскую и психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей			
ОПК-7.1. Знает требования к организации и проведению просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей			
Не знает требования к организации и проведению просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	В целом успешно, но бессистемно знает требования к организации и проведению просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	В целом успешно, но с отдельными недочетами знает требования к организации и проведению просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	В полном объеме знает требования к организации и проведению просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей
ОПК-7.2. Умеет планировать и разрабатывать содержание просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей			
Не умеет планировать и	В целом успешно, но бессистемно умеет	В целом успешно, но с отдельными	В полном объеме умеет планировать и

разрабатывать содержание просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья	планировать и разрабатывать содержание просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья	недостаточно умеет планировать и разрабатывать содержание просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья	разрабатывать содержание просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья
---	---	--	---

ОПК-7.3. Владеет навыками организации и проведения просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей

Не владеет навыками организации и проведения просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	В целом успешно, но бессистемно владеет навыками организации и проведения просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	В целом успешно, но с отдельными недостатками владеет навыками организации и проведения просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	В полном объеме владеет навыками организации и проведения просветительской и психолого-профилактической деятельности среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей
--	---	---	---

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	
Повышенный	5 (отлично)	90 – 100%

Базовый	4 (хорошо)	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	Ниже 60%

8.3. Вопросы промежуточной аттестации

Первый семестр (Экзамен, УК-6, ОПК-7)

1. Понятие, объект и предмет психологии здоровья.
2. Цель и задачи психологии здоровья.
3. История возникновения и развития психологии здоровья в России.
4. Этапы развития психологии здоровья зарубежом.
5. Теоретические подходы к определению здоровья.
6. Методы психологии здоровья.
7. Понятие психологического здоровья личности.
8. Компоненты психологического здоровья.
9. Характеристика психологического здоровья детей младенческого и раннего детского возраста.
10. Характеристика психологического здоровья детей дошкольного возраста.
11. Характеристика психологического здоровья детей младшего школьного возраста.
12. Характеристика психологического здоровья подростков.
13. Характеристика психологического здоровья юношей и девушек.
14. Характеристика психологического здоровья в молодости.
15. Характеристика психологического здоровья в зрелости.
16. Характеристика психологического здоровья в старости.
17. Объективное измерение состояния здоровья.
18. Субъективное измерение состояния здоровья.
19. Индикаторы психического и психологического здоровья.
20. Контроль поведения, связанного со здоровьем.
21. Выделение контингентов риска и определение стратегий вмешательства.
22. Разработка профилактической программы в сфере здоровья обучающихся.
23. Особенности реализации профилактической программы в сфере здоровья обучающихся.
24. Обеспечение и оценка эффективности профилактического воздействия в сфере здоровья обучающихся.
25. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период младенчества.
26. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период раннего детства.
27. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период дошкольного детства.
28. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период младшего школьного возраста.
29. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период подросткового возраста.
30. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период раннего юношеского возраста.
31. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период позднего юношеского возраста.
32. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период молодости.
33. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период зрелости.
34. Технологии развития и сохранения психологического здоровья личности в период старости.

8.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен по дисциплине имеет цель оценить сформированность компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, приобретенные им навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Устный ответ на экзамене.

При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее: дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос; показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи; знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей; ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента; теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Аналитическая задача.

При определении уровня достижений студентов при решении аналитической задачи необходимо обращать особое внимание на следующее: способность определять и принимать цели учебной задачи, самостоятельно и творчески планировать ее решение как в типичной, так и в нестандартной ситуации; систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы; точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы и задания; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении учебных задач; грамотное использование основной и дополнительной литературы; умение использовать современные информационные технологии для решения учебных задач, использовать научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Акимова, Л. А. Здоровьесберегающие технологии : учеб. пособие / Л. А. Акимова. – Оренбург : ОГПУ, 2017. – 247 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/102254>.
2. Байкова, Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / Л. А. Байкова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Юрайт, 2019. – 216 с. – ISBN 978-5-534-10465-3. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://biblio-online.ru/bcode/430866>.

Дополнительная литература

1. Акимова, Л. А. Сохранение и укрепление здоровья обучающихся в образовательных организациях и деятельности педагога : учеб. пособие / Л. А. Акимова. – Оренбург : ОГПУ, 2016. – 276 с. – ISBN 978-5-85859-648-6. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/100917>.
2. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учеб. пособие для вузов / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович ; под общ. ред. Р. И. Айзмана. – М. : Юрайт, 2020. – 207 с. – ISBN 978-5-534-12545-0. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://biblio-online.ru/bcode/447790>.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

- <http://www.psychology.ru> (библиотека психологической литературы);
- <http://www.psypublika.ru> (статьи по психологии);
- <http://www.vch.narod.ru> (психологическая лаборатория; описание психологических тестов, бланки);
- <http://www.psycheya.ru> (библиотека текстов: от основоположников научных школ и теорий до актуальных статей современных авторов);
- <http://www.effecton.ru> (психологические тесты: управление персоналом, образование, личностное развитие);
- <http://www.flogiston.ru> (психологическая библиотека: книги, статьи, переводы, списки литературы по психологии, биографии психологов; анонсы текущих событий в мире психологии: конференций, тренингов, конкурсов, грантов; интервью с ведущими психологами России и зарубежья).

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы по основным источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к экзамену;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на практическом занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к практическому занятию.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке к выполнению практических заданий, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

(обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. Microsoft Windows 7 Pro – Лицензия № 60948555 от 30.08.2012 г.; лицензия № 60617524 от 28.06.2012 г.
2. Microsoft Office Professional Plus 2010 – Лицензия № 61089147 от 29.10.2012 г.; лицензия № 60617524 от 28.06.2012 г.
3. 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г.

12.2 Перечень информационно-справочных систем

(обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Международная реферативная база данных Scopus (<https://www.scopus.com/>)
2. Научная электронная библиотека (<https://elibrary.ru/>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Оснащение аудиторий

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

(аудитория № 301)

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (УМК трибуна, проектор, экран), маркерная доска, колонки SVEN.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

(аудитория № 305)

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (компьютер, проектор, интерактивная доска), маркерная доска, автоматизированное рабочее место учащегося.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

**Помещение для самостоятельной работы
(помещение № 217)**

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (автоматизированное рабочее место в составе (УМК трибуна, проектор, лазерная указка, маркерная доска 1 шт.) компьютеры 6 шт.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, методические рекомендации по самостоятельной работе студента.

Помещение для самостоятельной работы

Читальный зал (помещение 101)

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 10 шт., проектор с экраном 1 шт., многофункциональное устройство 1 шт., принтер 1 шт.)

Учебно-наглядные пособия:

Учебники и учебно-методические пособия, периодические издания, справочная литература.

Стенды с тематическими выставками.