

**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

Наименование дисциплины (модуля): Психология профессионального здоровья

Уровень ОПОП: Магистратура

Направление подготовки: 44.04.04 Профессиональное обучение (по отраслям)

Профиль подготовки: Психолого-педагогическое проектирование в системе профессионального образования

Форма обучения: Заочная

Разработчики:

Винокурова Г. А., канд. психол. наук, доцент

Сухарева Н. Ф., канд. психол. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 25.05.2018 года

Зав. кафедрой  Яшкова А. Н.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 30.08.2019 года

Зав. кафедрой  Яшкова А. Н.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой  Яшкова А. Н.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование системы знаний магистрантов об особенностях профессионального здоровья человека в современных условиях; подготовка к проведению прикладных научных исследований по проблемам профессионального здоровья личности.

Задачи дисциплины:

- формировать представления о профессиональном здоровье личности, факторах риска его нарушения и условиях сохранения;
- познакомить с основными технологиями и методами профилактики профессиональных заболеваний;
- обучать умениям анализировать и оценивать психологические условия профессиональной деятельности;
- формировать навыки проектирования программ, направленных на диагностику, развитие и сохранение профессионального здоровья личности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.03.02 «Психология профессионального здоровья» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе, в 6 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знать нормы профессиональной этики; психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; психологическую структуру личности, особенности проявления психических процессов, состояний, свойств в различных ситуациях профессиональной деятельности; иметь представления о современной структуре и тенденциях развития профессий, а также закономерностях профессионального самоопределения личности в контексте социализации; владеть навыками планирования теоретического и эмпирического исследования.

Изучению дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Психология профессионального здоровья» предшествует освоение дисциплин (практик): Изучение и проектирование содержания профессиональной деятельности в образовании.

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.03.02 «Психология профессионального здоровья» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Психология развития профессиональной карьеры.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Психология профессионального здоровья», включает: учебно-профессиональную, научно-исследовательскую, педагогическо-проектировочную и организационно-технологическую работу; обучение по профессиям рабочих, должностям служащих.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучающиеся профессиональных образовательных организаций и организаций дополнительного профессионального образования, а также службы занятости населения;
- профессиональное становление личности обучающегося, связанное с педагогическими отношениями, управлением образовательными системами, образовательной деятельностью подготовки рабочих кадров (специалистов);
- научно-методическое обеспечение образовательной деятельности на основе внедрения результатов новых, передовых, эффективных научных исследований.

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 профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

ПК-10. способностью и готовностью выявлять требования работодателей к уровню подготовки рабочих (специалистов)

научно-исследовательская деятельность

ПК-10 способностью и готовностью выявлять требования работодателей к уровню подготовки рабочих (специалистов)	знать: - особенности профессионального развития личности на разных возрастных этапах; - основные направления личностного роста профессионала; уметь: - проводить анализ показателей профессионального здоровья; - анализировать причины профессиональной деформации и профессионального выгорания специалистов в организации; владеть: - навыками выявления личностно-профессиональных качеств работников с учетом требований работодателей.
---	---

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Шестой триместр
Контактная работа (всего)	8	8
Практические	8	8
Самостоятельная работа (всего)	96	96
Виды промежуточной аттестации	4	4
Зачет	4	4
Общая трудоемкость часы	108	108
Общая трудоемкость зачетные единицы	3	3

5 Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Теоретические основы психологии профессионального здоровья:

Основные предметные области психологии профессионального здоровья. Факторы и условия сохранения профессионального здоровья.

Модуль 2. Технологии развития и сохранения профессионального здоровья:

Технологии и методы профилактики нарушений профессионального здоровья. Технологии и методы развития профессионального здоровья.

5.2. Содержание дисциплины: Практические (8 ч.)

Модуль 1. Теоретические основы психологии профессионального здоровья (4 ч.)

Тема 1. Основные предметные области психологии профессионального здоровья (2 ч.)

1. Психология профессионального здоровья как новое научно-практическое направление современной психологии.
2. Теоретические и практические задачи психологии профессионального здоровья.
3. Понятие «профессиональное здоровье».
4. Психологические критерии профессионального здоровья.

Тема 2. Факторы, влияющие на изменение профессионального здоровья (2 ч.)

1. Организационные стресс-факторы и факторы риска возникновения и развития

профессиональных заболеваний.

2. Концепция психологического обеспечения профессионального здоровья.

3. Нарушения профессионального здоровья: профессиональное выгорание, синдром хронической усталости, деформации личности и др.

Модуль 2. Технологии развития и сохранения профессионального здоровья (4 ч.)

Тема 3. Методы профилактики нарушений профессионального здоровья (2 ч.)

1. Профилактическая деятельность как комплекс научно-практических мероприятий.

2. Направления деятельности по профилактике нарушений профессионального здоровья:

- медицинские аспекты;

- психологические аспекты;

- педагогические аспекты;

- социальные аспекты.

3. Характеристика профессионального самосохранения. Понятие «профессионального самосохранения», компоненты профессионального самосохранения.

Тема 4. Методы развития профессионального здоровья (2 ч.)

1. Надежность и безопасность профессиональной деятельности; взаимосвязь работы, семьи и личной жизни.

2. Культура профессионального здоровья и психологические средства его обеспечения.

3. Организационные программы укрепления профессионального здоровья.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Шестой триместр

Модуль 1. Теоретические основы психологии профессионального здоровья

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Проанализируйте литературные источники и представьте классификацию факторов риска нарушений профессионального здоровья личности.

Модуль 2. Технологии развития и сохранения профессионального здоровья

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Разработайте модель формирования профессионального здоровья личности, подготовьтесь к защите авторской модели на практическом занятии.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Проанализируйте литературные источники, материалы лекции, представьте классификацию условий становления профессионального здоровья личности.

Вид СРС: *Выполнение проектов и заданий поисково-исследовательского характера

Разработайте конспект психопросветительского мероприятия, направленного на профилактику нарушений профессионального здоровья

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины

ПК-10	2 курс, Шестой триместр	Зачет	Модуль 1: Теоретические основы психологии профессионального здоровья.
ПК-10	2 курс, Шестой триместр	Зачет	Модуль 2: Технологии развития и сохранения профессионального здоровья.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ПК-10 формируется в процессе изучения дисциплин:

Психология профессионального здоровья, Психология профессиональной пригодности, Психология развития профессиональной карьеры.

82 Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками решения практических задач.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

Уровень ниже порогового:

имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Зачет	
Повышенный	зачтено	90 – 100%
Базовый	зачтено	76 – 89%
Пороговый	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
--------	------------

Зачтено	Студент знает основные подходы к определению профессионального здоровья личности. Демонстрирует умение объяснять взаимосвязь действия различных факторов на профессиональное здоровье человека. Владеет навыками планирования научного и прикладного исследования различных аспектов профессионального здоровья. Ответ логичен и последователен, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы, выводы доказательны.
Незачтено	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.

83. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Теоретические основы психологии профессионального здоровья

ПК-10 способностью и готовностью выявлять требования работодателей к уровню подготовки рабочих (специалистов)

1. Дайте определение объекта и предмета психологии профессиональной деятельности.
2. Охарактеризуйте понятие профессиограмма как характеристику профессионала.
3. Перечислите и охарактеризуйте основные ресурсы профессионального здоровья человека.
4. Назовите виды и причины возникновения стрессов в профессиональной деятельности.
5. Охарактеризуйте этапы профессионального развития человека и факторы риска нарушения профессионального здоровья на каждом из этапов.

Модуль 2: Технологии развития и сохранения профессионального здоровья

ПК-10 способностью и готовностью выявлять требования работодателей к уровню подготовки рабочих (специалистов)

1. На основе анализа программы профилактики профессионального здоровья дайте экспертную оценку данной программе, отметьте ее положительные моменты и недостатки.
2. Представьте модель, структуру или перечень факторов здорового образа жизни (с указанием автора модели).
3. Представьте программу содействия профессиональной адаптации молодого специалиста в организации.
4. Назовите основные меры профилактики нарушений здоровья и профессиональной реабилитации в профессиональной сфере.
5. Охарактеризуйте основные факторы риска выгорания для представителей профессий социального типа и организационные методы их предупреждения.

84. Вопросы промежуточной аттестации

Шестой триместр (Зачет, ПК-10)

1. Охарактеризуйте актуальные проблемы психологии профессионального здоровья.
2. Перечислите основные ресурсы физического здоровья человека.
3. Перечислите и охарактеризуйте основные ресурсы психологического здоровья человека.
4. Перечислите основные ресурсы духовного уровня здоровья человека.
5. Раскройте основные организационные стресс-факторы.

6. Представьте концепцию психологического обеспечения профессионального здоровья Г. Никифорова.
7. Охарактеризуйте профессиональные стрессы информационной природы.
8. Дайте характеристику коммуникативных профессиональных стрессов.
9. Охарактеризуйте эмоциональные последствия профессиональных стрессов.
10. Опишите психосоматические последствия нарушений профессионального здоровья.
11. Раскройте методологические основы психологического прогнозирования профессионального здоровья.
12. Раскройте значение профориентации и профотбора как факторов профессионального здоровья.
13. Охарактеризуйте сущность адаптации специалиста, состояние профессионального здоровья на этапе адаптации к профессии.
14. Раскройте понятия «профессиональное выгорание», «синдром хронической усталости», «личностные деформации».
15. Приведите пример программы развития здоровья на предприятиях и в организациях.
16. Охарактеризуйте «здоровый образ жизни» как основу профессиональной мотивации к здоровью.
17. Раскройте сущность надежности и безопасности профессиональной деятельности.
18. Представьте современные подходы к инфраструктуре системы охраны здоровья на рабочем месте.
19. Опишите WELLNESS- технологии в программах развития профессионального здоровья.
20. Представьте существенные характеристики субъектов охраны профессионального здоровья.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических занятий, готовности к практической деятельности, успешного выполнения студентами всех видов работ в соответствии с утвержденной программой.

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

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Правдина, Л. Р. Психология профессионального здоровья : учебное пособие / Л.Р. Правдина ; Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. – Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2016. – 208 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493283> (дата обращения: 12.10.2020). – ISBN 978-5-9275-2302-3. – Текст : электронный.
2. Фролова, Ю.Г. Психология здоровья / Ю.Г. Фролова. – Минск : Вышэйшая школа, 2014. – 256 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=235679> (дата обращения: 12.10.2020). – ISBN 978-985-06-2352-2. – Текст : электронный.
3. Цибульниковая, В. Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании [Электронный ресурс] : учеб. пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В. Е. Цибульниковая, Е. А. Леванова; под общ. ред. Е. А. Левановой. – Москва : МПГУ, 2017. – 148 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>

Дополнительная литература

1. Бажук, О. В. Педагогическая профилактика профессионального здоровья студентов на основе ресурсного подхода / О. В. Бажук. – Москва : Флинта, 2020. – 115 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272510> – ISBN 978-5-9765-2191-9. – Текст : электронный.
2. Цибульниковая, В. Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании: учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В. Е. Цибульниковая, Е. А. Леванова ; под общ. ред. Е. А. Левановой ; учред. Московский педагогический государственный университет ; Факультет педагогики и психологии. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 148 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794> – ISBN 978-5-4263-0490-1. – Текст : электронный.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://rl-online.ru> - Журнал «Развитие личности»
2. <http://www.voppsy.ru> - Журнал «Вопросы психологии»
3. <http://www.psychiatry.ru/lib/1/book/87/chapter/3> - Сайт научного центра психического здоровья
4. <http://www.psyedu.ru/> - Электронный журнал «Психологическая наука и образование»

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; Алгоритм работы над каждой темой:
- изучите содержание темы вначале по основным источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;

- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя материал рекомендованных источников и словарей;

– составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому для обсуждения на занятии;

- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к 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, что поможет при подготовке текстов выступлений, 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. и Лицензия № 60617524 от 28.06.2012 г.
2. Microsoft Office Professional Plus 2010 – Лицензия № 61089147 от 29.10.2012 г. и Лицензия № 60617524 от 28.06.2012 г.
3. 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г.

12.2. Информационно-справочные системы (обновление выполняется еженедельно)

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

12.3. Современные профессиональные базы данных

1. Международная реферативная база данных Scopus (<https://www.scopus.com/>)
2. Научная электронная библиотека (<https://elibrary.ru/>)
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.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), автоматизированное рабочее место учащегося 6 шт., маркерная доска.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Помещение для самостоятельной работы (помещение 101)

Читальный зал

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., multifunctional устройство 1 шт., принтер 1 шт.).

Учебно-наглядные пособия:

Учебники и учебно-методические пособия, периодические издания, справочная литература Стенды с тематическими выставками.