Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра педагогики и психологии

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК,  и.о. проректора по учебной работе  канд. пед. наук. А.С. Солнцева  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «21» июня 2022 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»**

**Б1.В.ДВ.04.02**

**Направление подготовки**

49.04.01 Физическая культура

**Образовательная программа:**

«Психолого-педагогический аспект культурно-просветительской деятельности

в сфере физической культуры»

**Квалификация выпускника**

**магистр**

**Факультет**

Магистерской подготовки

**Форма обучения**

очная

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Декан факультета  магистерской подготовки,  канд. фармацевт. наук, доцент  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Вощинина  «21» июня 2022 г. |  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 4 от 22.04.22)  Заведующий кафедрой к.п.н., доцент Буторин В.В.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Малаховка, 2022**

Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС ВО – магистратура, по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура*,* утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 944 от 19.09.2017

**Составитель:**

В.В. Буторин, к.п.н., доцент

кафедры педагогики и психологии. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рецензенты:**

С.О. Хрусталёва, к.п.н. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Е.Д. Никитина, профессор, к.п.н. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.04.01):**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Код ПС** | | **Профессиональный стандарт** | **Приказ Минтруда России** | | **Аббрев. исп. в РПД** | |
| **01 Образование и наука** | | | | | | |
| 01.003 | ["Педагог дополнительного образования детей и взрослых"](http://internet.garant.ru/document/redirect/71202838/0) | | | Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года N 652 н | | **ПДО** |

1. **Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:**

**УК-5** Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия

**ПК-1** Способен осуществлять преподавание, научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ЗУН** | Соотнесенные профессиональные стандарты | Формируемые компетенции |
| **Знания:**  особенности осуществления пропаганды здоровьесбережения средствами физической культуры и спорта  **Умения:** использовать актуальные средства, методы, технологии для решения задач сохранения и укрепления психического здоровья и повышения качества жизни населения;  **Навыки** и/или опыт деятельности:  значимости физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения психического здоровья, нравственных ценностей физической культуры и спорта | Не используются | **УК-5** |
|
|
| **Знания:**  о способах и приемах контроля и оценки психического здоровья  Методы, приемы и способы формирования благоприятного психологического климата и обеспечения условий для сотрудничества обучающихся.  Источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов.  **Умения:**  обеспечивать объективность оценки, охрану жизни и психического здоровья обучающихся в процессе обучения  Понимать мотивы поведения обучающихся, их образовательные потребности и запросы (детей и их родителей (законных представителей).  Создавать условия для развития обучающихся, мотивировать их к активному освоению ресурсов и развивающих возможностей образовательной среды, освоению выбранного вида деятельности (выбранной образовательной программы), привлекать к целеполаганию.  состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).  **Навыки** и/или опыт деятельности: оценивания  возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся и лиц с ограниченными возможностями здоровья в процессе обучения  Организация, в том числе стимулирование и мотивация деятельности и общения обучающихся на учебных занятиях.  Консультирование обучающихся и их родителей (законных представителей) по вопросам профессиональной ориентации и самоопределения (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам). | **ПДО 01.003**  **А/01.6**  Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы | **ПК-1** |
|
|

1. **Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Психология здоровья» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина изучается во 2 семестре. Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа. Промежуточная аттестация - зачет.

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | **Всего** | **Семестр** |
| **2** |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | 18 | 18 |
| В том числе: |  |  |
| Лекции | 4 | 4 |
| Семинары (С) | 14 | 14 |
| **Самостоятельная работа** | 54 | 54 |
| Промежуточная аттестация | **зачёт** | + |
| **Общая трудоемкость:** часы/зачетные единицы | **72** | 72 |
| **2** | 2 |

**4. Содержание дисциплины:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема (раздел) | Содержание раздела | Всего часов |
| 1. | Основы психологии здоровья | Тема 1: История становления и современное состояние психологии здоровья.  Тема 2: Понятие здоровья. Определение психологии здоровья и задачи исследования.  Тема 3: Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры | 14 |
| 2 | Факторы психологического здоровья. | Тема 4: Психологические и социальные факторы здоровья  Тема 5: Понятие и факторы психического и физического здоровья  Тема 6: Оценка и самооценка физического и психического здоровья. | 24 |
| 3 | Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья. | Тема 7: Психологические типы как формы психического здоровья  Тема 8: Социальная поддержка как фактор психического здоровья студентов  Тема 9: Акцентуации личности и психическое здоровье, аддиктивное поведение и его последствия. | 34 |

1. **Разделы дисциплины виды занятий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего  часов |
| Л | С | СРС |  | |
| 1. | Психологическая основа здоровья | 4 | 2 | 8 | 14 | |
| 2. | Факторы психологического здоровья. | - | 6 | 18 | 24 | |
| 3. | Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья. | - | 6 | 28 | 34 | |
|  | Итого | 4 | 14 | 54 | 72 | |

**6. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины**

**6.1. Основная литература**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** |
| библиотека |
|  | Буторин, В.В. Психолого-педагогический аспект в формировании мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни у студенческой молодёжи : монография / МГАФК. - Малаховка, 2015. - 208 с. | 55 |
|  | Буторин, В. В. Психолого-педагогический аспект в формировании мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни у студенческой молодёжи : монография / В. В. Буторин ; МГАФК. - Малаховка, 2015. - Библиогр.: с. 192-207. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |
|  | Буторин, В. В. Психологические аспекты здорового стиля жизни : учебное пособие для магистрантов вузов физической культуры / В. В. Буторин ; МГАФК. - Малаховка, 2018. - Библиогр.: с. 182-186. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |
|  | Психология физической культуры и спорта. Г.Д. Горбунов Е.Н. Гогунов - М.: «Академия», 2009 | 30 |
|  | Педагогика физической культуры и спорта под ред. Карпушин Б.А. - М:. из-во Советский спорт, 2013 | 131 |
|  | Психология здоровья : практикум / составители Е. В. Титаренко. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2018. — 99 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/83204.html> (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |
|  | Разумникова, О. М. Психология здоровья : учебное пособие / О. М. Разумникова. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2017. — 92 c. — ISBN 978-5-7782-3446-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/91404.html> (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |
|  | *Печеркина, А. А.* Профессиональное здоровье педагога : учебное пособие для вузов / А. А. Печеркина, М. Г. Синякова, Н. И. Чуракова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09861-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454662> (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |
|  | Митина, Л. М.  Профессиональное здоровье педагога : учебное пособие для вузов / Л. М. Митина, Г. В. Митин, О. А. Анисимова. — 2-е изд., доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13402-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/459021> (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |

**6.2. Дополнительная литература**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** |
| библиотека |
|  | Психология. Петровский А. В., Ярошевский М.Г. Под ред. Богдановой Д.Я, Волкова И.П. М.: «Академия», 2001 | 1 |
|  | Педагогика и психология: Учебное пособие для студ. высших педагогических учеб. заведений А.А.Реан, Н.В.Бордовская. СПб.: Питер,2008-432с. | 187 |
|  | Некрасов В.П., Психорегуляция в подготовке спортсменов. - М., «ФиС», 1985 | 22 |
|  | Васильева, О. С. Психология и культура здоровья. Базовые понятия, концепции и подходы / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. — Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2011. — 176 c. — ISBN 978-5-9275-0849-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/47105.html> (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |
|  | *Никольский, А. В.* Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека : учебник для вузов / А. В. Никольский. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11748-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/446058> (дата обращения: 17.04.2020). | 1 |
|  | Одинцова, М. А.  Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9094-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/451164> (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |
|  | Байкова, Л. А.  Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учебное пособие для вузов / Л. А. Байкова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10465-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456365> (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |
|  | *Айзман, Р. И.* Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07354-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452423> (дата обращения: 16.11.2021). | 1 |

**7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет». Информационно-справочные и поисковые системы, профессиональные базы данных:**

1. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
2. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
3. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
4. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
5. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>
6. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
7. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
8. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
9. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>
10. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
11. Министерство спорта Российской Федерации <https://minsport.gov.ru/>
12. База данных научного цитирования Web of Science <http://wokinfo.com/>
13. Единая мультидисциплинарная реферативная база данных Scopus <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>
14. Энциклопедия психодиагностики <http://psylab.info>
15. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского <http://www.gnpbu.ru/>

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

**8.1**.Для обеспечения традиционных и активных форм проведения занятий по дисциплине требуются мультимедийные аудитории и техническое обеспечение: видеопроектор и ноутбук.

**8.2. Программное обеспечение.**

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или одна из лицензионных версий Microsoft Office.

**8.3 Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии, организованы занятия на 1 этаже главного здания. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система Front Row to Go в комплекте (системы свободного звукового поля);

*-* «ElBrailleW14J G2;

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к Рабочей программе дисциплины*

*«Психология здоровья»*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра педагогики и психологии

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол № 6/22 от «21» июня 2022г.

Председатель УМК,

и. о. проректора по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.С. Солнцева

**Фонд оценочных средств**

**по дисциплине**

**«ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»**

**Направление подготовки**

49.04.01 Физическая культура

**Образовательная программа:**

«Психолого-педагогический аспект культурно-просветительской деятельности

в сфере физической культуры»

**Квалификация выпускника**

**магистр**

**Форма обучения**

очная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол № 4 от «22» апреля 2022г.)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_В.В. Буторин

Малаховка, 2022

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

**1. Паспорт фонда оценочных средств**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Компетенция | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения |
| **УК-5** | Не используются | **Знает:**  методы и формы пропаганды здоровьесбережения средствами физической культуры и спорта (**вопросы для промежуточной аттестации, устный опрос**)  Разрабатывает агитационные материалы по профилактике угроз психическому здоровью и повышению психическому качеству жизни населения.  **(презентации, доклады)**  Аргументировано агитирует в аудитории за нравственные ценности физической культуры и спорта **(коллоквиум, доклады)** |
| **ПК-1** | **ПДО 01.003**  А/01.6  Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы | **Знает:**  средства и методы по снятию нервно-психического и психо-мышечного напряжения.  (**вопросы для промежуточной аттестации, устный опрос**)  Использует методы и средства контроля психического состояния; методы аутогенной регуляции и дыхательной гимнастики.  **(презентации, доклады)**  оценивает уровень психического самочувствия  **(презентация)** |

1. **Типовые контрольные задания:**

**Перечень вопросов для промежуточной аттестации*.***

1. Охарактеризуйте основные этапы становления психологии здоровья и ее современное состояние.

2. Приведите известные подходы к определению психологии здоровья как нового научного направления.

3. Раскройте предметную область исследований в психологии здоровья.

4. Дайте анализ известных подходов к определению здоровья.

5. Что представляют собой адаптационные резервы организма?

6. Перечислите и охарактеризуйте различные аспекты гармонии личности.

7. В чем состоит значение индивидуально-типологического подхода для психологии здоровья?

8. Раскройте сущность девиантологического подхода к общественному здоровью; охарактеризуйте связи социологического и психологического подходов к изучению здоровья общества.

9. Охарактеризуйте показатели здоровья гендерных групп. Назовите теоретические модели, объясняющие различия в состоянии здоровья в зависимости от пола.

10. Дайте определение организационной патологии, перечислите ее признаки.

11. Что означает понятие «образ жизни»?

12. Каковы основные факторы, детерминирующие образ жизни?

13. Дайте определение понятия «отношение к здоровью». Назовите основные компоненты отношения к здоровью.

14. Дайте определение психического самоуправления. Какие виды психического саморегулирования вы знаете?

15. Перечислите основные виды ранней психотерапевтической помощи, опишите специфику ее теоретических основ и способов реализации.

16. Что такое внутренняя картина здоровья (ВКЗ) и каково ее значение в исследовании психологии здоровья?

17. Каковы причины и виды искажения ВКЗ?

18. Какие факторы можно отнести к наиболее важным для сохранения психического здоровья студентов?

19. Раскройте концепцию психологического обеспечения профессиональной деятельности применительно к вопросу профессионального здоровья.

20. Раскройте понятие «профессиональное здоровье».

21. Дайте общую характеристику поведенческих и психических реакций человека в экстремальных ситуациях.

22. Определите основные понятия геронтологии. Дайте характеристику двум основных подходам к проблеме профилактики старения, существующих в настоящее время.

23. Особенности современного состояния проблемы алкоголизма и наркомании в России..

24. Дать определение понятиям: аддикция, аддиктивное поведение, девиантное поведение, деструктивное поведение, саморазрушающее поведение. Охарактеризовать эти виды поведения.

24. Характеристика зависимости как личностного психологического расстройства. Склонность к зависимости как личностная характеристика.

25. Определение зависимости (по Ц.П. Короленко, А.Е. Личко, ВОЗ). Признаки зависимости.

26. Проблема классификации зависимостей

При подготовке к промежуточной аттестации по дисциплине студент должен изучить вопросы к зачету, представленные в фонде оценочных средств, опираясь на содержание основной и дополнительной литературы, предусмотренной программой дисциплины. В случае неудовлетворительного ответа студента на заданные вопросы, преподаватель имеет право отправить студента на повторную сдачу зачета.

**Критерии оценки:**

1. Оценка «зачтено» ставится студенту, ответ которого содержит: знание программного материала; знание понятийного и терминологического аппарата всего курса; знание содержания основной и дополнительной литературы по курсу; связь теории с практикой;

Оценка «зачтено» не ставится в случаях наличия: пропусков аудиторных занятий, за исключением «отработанных» тем; отсутствия подготовки к работе и активности на семинарских занятиях; невыполненных заданий по самостоятельной работе, а также неправильных ответов на дополнительные вопросы преподавателя.

2. Оценка «не зачтено» ставится студенту, имеющему: существенные пробелы в знании основного материала по программе, допустившему принципиальные ошибки при изложении материала, не владеющему понятийным аппаратом и основной терминологией курса; имеющему систематические пропуски аудиторных занятий без «отработанных» тем, невыполненные задания для самостоятельной работы студента.

**2.2 Вопросы для устного опроса**

**Раздел 1. Основы психологии здоровья.**

1. Раскройте понятие «здоровья» как системное.

2. Назовите критерии психического и социального здоровья и дайте их содержательную характеристику.

3. Что такое психологическая устойчивость личности?

4. Охарактеризуйте доминанты активности, выступающие как опоры психологической устойчивости личности.

5. Раскройте сущность психологических проблем при истероидной акцентуации личности и определите пути их психокоррекции.

6. Дайте определение понятия классового градиента здоровья. Приведите основные теоретические модели, объясняющие классовый градиент.

7. Охарактеризуйте основные механизмы действия стресса социальных изменений на здоровье популяции и общества.

8. Как влияют на душевное здоровье человека современные тенденции в развитии жизнеобеспечивающей подсистемы культуры?

9. Каковы основные составляющие и принципы здорового образа жизни?

10. Опишите основные гендерные особенности отношения к здоровью.

11.Каково соотношение структуры Я-концепции и структуры ВКЗ?

12. Дайте определение профессиональной реабилитации, назовите ее принципы, методы, этапы

**Раздел 2. Факторы психологического здоровья.**

1. Какие факторы влияют на профессиональную работоспособность.

2. Относительно каких психических процессов можно рассматривать возрастные изменения?

3. Сопоставьте основные понятия: зависимость, аддикция, аддиктивное поведение, девиантное поведение, деструктивное поведение, саморазрушающее поведение.

4. Каковы различия в понимании зависимости?

5. Назовите общие признаки всех зависимостей.

6. Назовите основания для различных классификаций зависимостей.

7. Перечислите основные мотивы зависимостей.

8. Охарактеризуйте этапы формирования зависимого поведения у подростков.

9. Динамика отношения к наркомании в детско-юношеском возрасте.

10.Каковы последствия зависимого поведения?.

11. В чем заключается проблема созависимости?

12. Опишите основные теории алкоголизма.

3. Какие личностные особенности субъектов, предрасполагают к алкоголизму

4. Как изменяется характер при алкоголизации личности.

5. Охарактеризуйте психологические характеристики личности, зависимой от наркотиков.

6. Как изменяется самосознание, структура мотивов у больных анорексией?

7. «Зависимое расстройство личности» - положительный или отрицательный феномен?

8. Какова роль психолога в различных основных типах профилактики.

9. Покажите взаимосвязь уровней рассмотрения здоровья и болезни.

10. В чем сущность понятия «физическое здоровье»?

**Раздел 3.** **Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья**.

1. Какие факторы можно отнести к наиболее важным для сохранения психического здоровья студентов?

2. Что является содержанием и смыслом концепции когерентности Антоновского?

3. В чем проявляются ранние симптомы стресса и выгорания в студенческой среде?

4. Какие меры можно отнести к профилактике синдрома выгорания в учебной среде?

**Критерии оценки:**

- **оценка «зачтено»** выставляется если студент правильно и развернуто ответил на поставленные вопросы; построил ответ логично, последовательно смоделировал пример, показал владение терминологическим аппаратом; сумел объяснять сущность, явлений, процессов, событий, проявил свободное владение монологической речью, при это допуская стилистические неточности. Допускается наличие одной-двух неточностей при употреблении терминологического аппарата;

- **оценка** **«не зачтено»** если студент не ответил на вопрос или при ответе обнаруживает незнание процессов изучаемой предметной области, незнание основных вопросов теории, не умеет давать аргументированные ответы, слабо владеет монологической речью. В ответе отсутствует логичность и последовательность. Допускаются серьезные ошибки при употреблении терминологического аппарата.

**2.3 Вопросы для коллоквиума**

**Раздел 1. Основы психологии здоровья**

1. Назовите подходы к трактовке понятия гармония в истории гуманитарной мысли.

2. Охарактеризуйте значение духовного бытия для личности.

3. Почему здоровье может рассматриваться как социальный феномен?

4. Опишите факторы, влияющие на здоровье мужчин и женщин в течение жизненного пути.

**Раздел 2. Факторы психологического здоровья.**

1. Что означает гендерный подход к здоровью?

2. В чем сущность понятия «здоровый образ жизни»?

3. Что такое физическая и психическая зависимость? Какое поведение соответствует понятию зависимое?

4. Что такое алкоголь? Каковы последствия употребления алкоголя?

5. Стадии развития алкоголизма у подростков и взрослых.

6. Какие личностные характеристики можно выделить у зависимых от ПАВ?

7. Охарактеризуйте личностные типы наркозависимых.

8. Факторы защиты от употребления ПАВ.

**Раздел 3.** **Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья**.

1. В чем состоит значение индивидуально-типологического подхода для психологии здоровья?

2. Дайте определение понятия «акцентуации характера». Дайте характеристику видов акцентуаций.

3. Какова роль психологического типа в общем психическом здоровье индивида?

4. Какова роль акцентуации в общем психическом здоровье индивида?

5. Сформулируйте рекомендации по здоровому образу жизни для людей с различными психологическими типами и акцентуациями характера.

**Критерии оценки:**

- оценка «зачтено» ставится студенту, если он твердо знает учебный материал, владеет понятиями и терминологией, при изложении ответа на вопрос коллоквиума не допускает существенных ошибок, выполненные задания для самостоятельной работы студента.

- оценка «не зачтено» ставится студенту, если он: не знает значительной части учебного материала, не владеет основной терминологией и понятиями, при ответе на вопрос допускает существенные ошибки, не может ответить на уточняющие вопросы, имеет невыполненные задания для самостоятельной работы студента.

**2.4 Вопросы для докладов**

**Раздел 2. Факторы психологического здоровья.**

1. Раскройте концепцию психологического обеспечения профессиональной деятельности применительно к вопросу профессионального здоровья.

2. Раскройте понятие «профессиональное здоровье».

3. Дайте общую характеристику поведенческих и психических реакций человека в

экстремальных ситуациях.

**Раздел 3. Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья**.

1. Социальные факторы, детерминирующие возникновение и развитие зависимости.

2. Типы воспитания в семье и типы семей, создающих высокий риск возникновения зависимого поведения.

3. Личностные (психологические) факторы, детерминирующие возникновение и развитие зависимости.

**Критерии оценки:**

- оценка «зачтено» выставляется если: студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы, не допускает существенных неточностей в изложении материала, аргументирует научные положения, делает выводы и обобщения, доклад сопровождается демонстрационным материалом; аудиторией была понята суть изложенной информации, содержание доклада излагалось в свободной форме; докладчик может ответить на вопросы

- оценка «не зачтено» выставляется, если: студент не усвоил значительной части проблемы; допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее; испытывает трудности в практическом применении знаний; не может аргументировать научные положения; не формулирует выводов и обобщений; не владеет понятийным аппаратом; отсутствует демонстрационный материал; аудитории непонятна суть изложенной информации, докладчик не может ответить по существу на вопросы; содержание доклада зачитывается.

**2.5 Темы для докладов-презентаций**

**Раздел 3.** **Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья**.

1. Основные проблемы психологии здоровья.

2. Проблема дифференциации здоровья и болезни.

3. Душевное и духовное здоровье.

4. Психологическая устойчивость как основной фактор сопротивляемости болезни.

5. Психология здоровья студентов.

6. Проблема мудрости в психологии.

7. Современные зарубежные концепции в психогеронтологии.

8. Профессиональная адаптация и здоровье.

9. Суицид как вариант кризисного состояния.

10. Современное состояние проблемы зависимости в России и за рубежом.

11. Проблема качества жизни и зависимость.

**Требования к подготовке и изложению доклада-презентации:**

1. Количество слайдов в презентации должно соответствовать содержанию и продолжительности выступления; должны иметься титульный слайд и слайд с выводами, слайд со ссылками на использованные при подготовке доклада литературные источники, иллюстрации хорошего качества, с четким изображением, текст должен легко читаться;

2. Оформление слайдов должно соответствовать теме, не препятствовать восприятию содержания, для всех слайдов презентации должен использоваться один и тот же шаблон оформления

3. Презентация должна содержать наиболее полную, понятную информацию по теме работы, в ней отсутствуют стилистические, орфографические и пунктуационные ошибки.

4. Выступающий должен свободно владеть содержанием, ясно и грамотно излагать материал, отвечать на вопросы и замечания аудитории.

**Критерии оценки:**

- оценка «зачтено» выставляется, если представленный доклад-презентация соответствуют предъявленным требованиям к его оформлению и изложению

- оценка «не зачтено» выставляется, если: студент проигнорировал данный вид работы; представленный доклад-презентация не отвечает предъявленным требованиям к его оформлению или изложению.

**2.6 Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций**

Формирование компетенций, предусмотренных данной дисциплиной, предполагает активное, творческое участие студента на всех этапах ее изучения путем планомерной работы на учебных занятиях и при выполнении самостоятельной работы.

Оценка результатов формирования компетенций складывается из:

- работы студента на учебных занятиях (посещение не менее 80% занятий);

- выполнения всех видов самостоятельной работы, предусмотренных настоящим Фондом оценочных средств;

- оценка за внутрисеместровую аттестацию выставляется студенту, с учетом посещаемости учебных занятий, его работы на занятиях и выполнения заданий в полном объеме, предусмотренных Фондом оценочных средств на текущую дату;

- в случае пропуска лекционного занятия студент должен предоставить в рукописном виде конспект лекции, а семинарского занятия – в письменном виде проработанные учебные вопросы, обсуждавшиеся на семинаре; срок предоставления заданий – на следующем занятии после пропущенного; в случае пропуска занятия, преподавателем может быть рассмотрена возможность выполнения студентом задания, предусматривающего работу в группе, на последующем семинарском занятии;

- при выставлении студенту оценки на зачете преподавателем учитывается: знание фактического материала, с опорой на обязательную и дополнительную литературу по программе дисциплины; степень активности студента на семинарских занятиях и его подготовленности к ним; выполнение заданий для самостоятельной работы студента; логику, структуру, стиль и полноту содержания ответа; культуру речи, манеру общения; готовность к дискуссии, аргументированность ответа; уровень самостоятельного мышления; умение приложить теорию к практике.

- качество ответа студента на зачете оценивается в соответствии с разработанными и утвержденными на заседании кафедры критериями оценки.