Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра педагогики и психологии

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

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| СОГЛАСОВАНО  Начальник Учебно-  методического управления  к.б.н., доцент И.В.Осадченко  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «20» июня 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК  и.о.проректора по учебной работе  к.п.н., доцент А.П.Морозов  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «20» июня 2023 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  «20» июня 2023 г. | **Малаховка 2023** | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 5  от «30» мая 2023 г.)  Заведующий кафедрой,  к.п.н., доцент В.В. Буторин  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

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:**

К.С. Дунаев, д.п.н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

С.О. Хрусталёва, 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** | | | | | |
| 01.013 | «Руководитель организации отдыха детей и их оздоровления» | | Утвержден  приказом Министерства труда  и социальной защиты  Российской Федерации  от 02.02.2023 № 60н | | **Р** |

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). | **Р 01.013**  A/04.7  Управление воспитательным процессом в организации отдыха детей и их оздоровления | **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 |
| 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 |
| 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. |
| 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. |

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: 26.06.2023). | 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: 26.06.2023). | 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: 26.06.2023). | 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: 26.06.2023). | 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: 26.06.2023). | 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: 26.06.2023). | 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: 26.06.2023). | 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: 26.06.2023). | 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: 26.06.2023). | 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, 2023. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10465-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517501> (дата обращения: 27.06.2023). | 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, 2023. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07354-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513369> (дата обращения: 27.06.2023). | 1 |

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

1. Антиплагиат: российская система обнаружения текстовых заимствований <https://antiplagiat.ru/>
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
3. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>
4. Московская государственная академия физической культуры <https://mgafk.ru/>
5. Образовательная платформа МГАФК (SAKAI) <https://edu.mgafk.ru/portal>
6. Сервис организации видеоконференцсвязи, вебинаров, онлайн-конференций, интерактивные доски МГАФК <https://vks.mgafk.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. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>
10. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
11. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
12. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
13. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
14. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>
15. Энциклопедия психодиагностики <http://psylab.info>
16. 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.

Для контроля знаний обучающихся используется «Программный комплекс для автоматизации процессов контроля текущей успеваемости методом тестирования и для дистанционных технологий в обучении» разработанной ЗАО «РАМЭК-ВС».

**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 № 6/23 от «20» июня 2023 г.

Председатель УМК,

и. о. проректора по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.П. Морозов

**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 № 5 от «30» мая 2023 г.)

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

Малаховка 2023

**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** | **Р 01.013**  A/04.7  Управление воспитательным процессом в организации отдыха детей и их оздоровления | **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.