

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

Факультет психологии и социальной работы

Кафедра общей и педагогической психологии

УТВЕРЖДАЮ

И. о. проректора по УР

М. Х. Чанкаев

«29» апреля 2026 г., протокол № 7

Рабочая программа дисциплины

Психология здоровья

(наименование дисциплины (модуля))

Направление подготовки:

37.03.01 Психология

(шифр, название направления)

Направленность (профиль)

Общий профиль

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

очная; очно-заочная

Год начала подготовки - 2026

Карачаевск, 2026

Составил(а): *доц., к.пс.н. Биджиев А. С-М.*

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденного приказом Минобрнауки России от 29 июля 2020 г. № 839, образовательной программой высшего образования по направлению 37.03.01 Психология, профиль – Общий профиль; локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
общей и педагогической психологии на 2026-2027 уч. год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля)	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	6
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	7
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)	7
5.2. Тематика лабораторных занятий	15
5.3. Примерная тематика курсовых работ	15
6. Образовательные технологии	16
7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	17
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций	17
7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины	24
7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:	24
7.2.2. Примерные вопросы к промежуточной аттестации (зачет)	25
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов	27
7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров	29
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса	30
9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)	31
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)	32
10.1. Общесистемные требования	32
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины	33
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения	34
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы	34
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	35
12. Лист регистрации изменений	35

1. Наименование дисциплины (модуля)

Психология здоровья

Целью изучения дисциплины является:

Формирование у студентов феноменологической картины здоровья на основе глубинных представлений о здоровье и здоровой личности.

Для достижения цели ставятся задачи:

- выявление и постижение культурных, социальных и интраличностных механизмов способствующих укреплению и сохранению психического, психологического, физического и духовного здоровья личности;
- интериоризация опыта оздоровительных практик на основе сформированной индивидуально-личностной установки на восприятие и осознание феномена здоровья;
- приобретение умений по охране психического здоровья, преодолении недугов;
- овладение основами валеологической компетентности с позицией психологии.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки «37.03.01» (квалификация – «бакалавр»).

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психология здоровья» (Б1.В ДВ.03.01) относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина (модуль) изучается на очном 4 курсе (ах) в 7 семестре (ах), на очно-заочном 4 курсе (ах) в 8 семестре (ах).

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП	
Индекс	Б.1.В.ДВ.03.01
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для освоения дисциплины обучающиеся используют компетенции, полученные на предыдущем уровне образования.	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее:	
дисциплина «Психология здоровья» является предшествующей для дисциплины «Основы консультативной психологии»	

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Психология здоровья» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-8.	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	УК-8.1 анализирует факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)	Знать: как анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)

		УК-8.2 выявляет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций УК-8.4 разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях	Уметь: выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций Владеть: правилами поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях
ПК-5	способен к реализации психодиагностических программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности	ПК. – 5.1 Знать психологические феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиций существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества; принципы организации учебно-воспитательного процесса; ПК – 5.2 Уметь анализировать психологические теории возникновения и развития психики в процессе эволюции; прогнозировать	Знать: психологические феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиций существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества; принципы организации учебно-воспитательного процесса. Уметь: анализировать психологические теории возникновения и развития психики в процессе эволюции; прогнозировать изменения и динамику уровня развития и

		изменения и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при психических отклонениях; профессионально воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека; ПК – 5.3 Владеть основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп; критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик; навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью оптимизации собственной деятельности; приемами подготовки и проведения лабораторно- практических занятий.	функционирования различных составляющих психики в норме и при психических отклонениях; профессионально воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека. Владеть: основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп; критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик; навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью оптимизации собственной деятельности; приемами подготовки и проведения лабораторно- практических занятий.
--	--	--	--

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 5 ЗЕТ, 180 академических часа.

Объём дисциплины	Всего часов	Всего часов
	для очной формы обучения	для очно-заочной формы

		обучения
Общая трудоемкость дисциплины	180	180
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)		
Аудиторная работа (всего):	108	70
в том числе:		
лекции	36	40
семинары, практические занятия	36	30
практикумы	Не предусмотрено	
лабораторные занятия	36	
Внеаудиторная работа:		
консультация перед зачетом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	72	94
Контроль самостоятельной работы		16
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	зачет	зачет

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

**5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий
(в академических часах)**

Для очной формы

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)						
			всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
				Лек	Пр	Лаб			
	<i>Раздел 1. теоретические основы психологии здоровья</i>								
1	Понимание психологического здоровья с позиции разных психологических подходов. /лекционное занятие /	4	4				УК-8 ПК-5	Устный опрос	
2	Понятие психического здоровья / Практическое занятие - круглый стол /	4		4			УК-8 ПК-5	Блиц - опрос	
3	Психическое и психологическое здоровье в разные периоды онтогенетического развития.	6				6	УК-8 ПК-5	Реферат	

	/самостоятельная работа/							
4	Соотношение здоровье-болезнь, норма – патология /лекционное занятие /	4	4				УК-8 ПК-5	Устный опрос
5	Психологическое здоровье личности: теория и практика./ лаб/	6			6		УК-8 ПК-5	Опрос
6	Специфичность психологических проблем для разных возрастных групп. Особенности психологической помощи детям и подросткам, педагогические условия становления психологически здоровой личности. /практическое занятие/	2		2			УК-8 ПК-5	Тест
7	Факторы риска для психологического здоровья /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	доклад
8	Риск и рискованное поведение как предмет психологических исследований./лаб/	6			6			Устный опрос
	Раздел 2. Основные принципы и пути оздоровления						УК-8 ПК-5	
9	Основные принципы и пути оздоровления в античной философии. /лекционное занятие /	4	4				УК-8 ПК-5	Устный опрос
10	Клинические проявления психической нормы и патологии- круглый стол /	4		4			УК-8 ПК-5	опрос
11	Социальная норма. Исторические виды норм /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	реферат
12	Понятие психической "нормы". Норма и развитие Античная концепция здоровья /лекционное занятие.	4	4				УК-8 ПК-5	опрос
	Влияние стресса на здоровье./лаб/	6			6		УК-8 ПК-5	Устный опрос
	Влияние коммуникативной компетенции на здоровье личности. /лаб	6			6		УК-8 ПК-5	Устный опрос

13	Применение античной концепции здоровья в современной этнической медицине и профилактике. /практическое занятие/	4		4			УК-8 ПК-5	тест
14	Понятие о видах профилактики /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	доклад
15	Адаптация и здоровье /лекционное занятие /	4	4				УК-8 ПК-5	Устный опрос
16	Адаптационная модель здоровья личности /практическое занятие/	4		4			УК-8 ПК-5	тест
17	Соотношение биологического и социального в человеке /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	реферат
18	Психическая и психологическая адаптация в современной психологии, ее модели и уровни. /лекционное занятие /	4	4				УК-8 ПК-5	Устный опрос
19	Общество как регулятор здоровья индивида /практическое занятие/	4		4			УК-8 ПК-5	тест
20	Социальная норма и девиации /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	Эссе
21	Антропоцентрический эталон здоровья /лекционное занятие /	2	2				УК-8 ПК-5	Устный опрос
22	Соотношение социализации и адаптации. Различные подходы к пониманию адаптации /практическое занятие/	4		4			УК-8 ПК-5	тест
23	Влияние волевых качеств на здоровье человека./лаб/	6			6		УК-8 ПК-5	Устный опрос
21	Картина мира и образ человека в мировоззрении нового времени /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	доклад
24	Гуманистические идеи относительно модели здоровой личности / Интерактивное занятие: /Лек/ Лекция-пресс-конференция /	2	2				УК-8 ПК-5	Блиц - опрос
25	Психическое здоровье в понимании А.Маслоу: здоровье как уровень развития;	2		2			УК-8 ПК-5	Опрос

	характеристики самоактуализирующейся личности, пути самоактуализации /практическое занятие/							
26	Трансперсональная модель здоровья /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	Доклад
27	Концепция личности и возникновения пограничных нервно- психических расстройств с точки зрения психоанализа, неофрейдизма, бихевиоризма, экзистенциально-гуманистической психологии / Интерактивное занятие: Интерактивное занятие - Лекция беседа /	2	2				УК-8 ПК-5	Устный опрос
28	Сравнительный анализ устойчивых социокультурных эталонов здоровья /практическое занятие/	2		2			УК-8 ПК-5	тест
29	Национальные образы здоровья и болезни в различных культурах /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	доклад
30	Принципы построения психологической модели здоровой личности /лекционное занятие /	2	2				УК-8 ПК-5	Устный опрос
31	Структурная согласованность и уровни функционирования психики /практическое занятие/	2		2			УК-8 ПК-5	тест
32	Структурные и динамические характеристики модели здоровой личности в трудах П.К Анохина, Б.Г. Ананьева, С.Л. Рубенштейна, Л.С.Выготского. /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	Эссе
33	Психогенные заболевания. Психосоматические расстройства /Интерактивное занятие: проблемная лекция /	2	2				УК-8 ПК-5	Устный опрос
34	Первичные валеоустановки как интегрирующие структуры психики /практическое занятие/	2		2			УК-8 ПК-5	тест
35	Анализ социальных представлений	6				6	УК-8	доклад

	здоровье в теории С.Московичи /самостоятельная работа/						ПК-5	
	Раздел 3. Методы саморегуляции и оздоровления							
36	Методы саморегуляции и оздоровления /лекционное занятие /	2	2				УК-8 ПК-5	Устный опрос
37	Соотношение параметров здоровья и адаптации. /практическое занятие/	2		2			УК-8 ПК-5	тест
38	Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования/самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	реферат
39	Визуализация как метод саморегуляции и оздоровления./лаб/	6			6		УК-8 ПК-5	Опрос
	Всего	180	36	36	36	72		

Для очно-заочной формы

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)							
			всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля	контроль
				Лек	Пр	Лаб				
	<i>Раздел 1. теоретические основы психологии здоровья</i>									
1	Понимание психологического здоровья с позиции разных психологических подходов. /лекционное занятие /	4	4				УК-8 ПК-5	Устный опрос		
2	Понятие психического здоровья / Практическое занятие - круглый стол /	4		4			УК-8 ПК-5	Блиц - опрос		
3	Психическое и психологическое здоровье в разные периоды	6				6	УК-8 ПК-5	Реферат		

	онтогенетического развития. /самостоятельная работа/								
4	Соотношение здоровье-болезнь, норма – патология /лекционное занятие /	4	4				УК-8 ПК-5	Устный опрос	
5	Психологическое здоровье личности: теория и практика./ лаб/	6				6	УК-8 ПК-5	Опрос	
6	Специфичность психологических проблем для разных возрастных групп. Особенности психологической помощи детям и подросткам, педагогические условия становления психологически здоровой личности. /практическое занятие/	4		4			УК-8 ПК-5	Тест	
7	Факторы риска для психологического здоровья /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	доклад	
8	Риск и рискованное поведение как предмет психологических исследований./лаб/	6				6		Устный опрос	
	<i>Раздел 2. Основные принципы и пути оздоровления</i>						УК-8 ПК-5		
9	Основные принципы и пути оздоровления в античной философии. /лекционное занятие /	4	4				УК-8 ПК-5	Устный опрос	
10	Клинические проявления психической нормы и патологии- круглый стол /	4		4			УК-8 ПК-5	опрос	
11	Социальная норма. Исторические виды норм /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	реферат	
12	Понятие психической "нормы". Норма и развитие Античная концепция здоровья /лекционное занятие.	4	4				УК-8 ПК-5	опрос	
	Влияние стресса на здоровье./лаб/	6				6	УК-8 ПК-5	Устный опрос	
	Влияние коммуникативной компетенции на здоровье	6				6	УК-8 ПК-5	Устный опрос	

	личности. /лаб								
13	Применение античной концепции здоровья в современной этнической медицине и профилактике. /практическое занятие/	4		4			УК-8 ПК-5	тест	
14	Понятие о видах профилактики /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	доклад	
15	Адаптация и здоровье /лекционное занятие /	4	4				УК-8 ПК-5	Устный опрос	
16	Адаптационная модель здоровья личности /практическое занятие/	4		4			УК-8 ПК-5	тест	
17	Соотношение биологического и социального в человеке /самостоятельная работа/	4				4	УК-8 ПК-5	реферат	
18	Психическая и психологическая адаптация в современной психологии, ее модели и уровни. /лекционное занятие /	2				2	УК-8 ПК-5	Устный опрос	
19	Общество как регулятор здоровья индивида / самостоятельная работа /	2				2	УК-8 ПК-5	тест	
20	Социальная норма и девиации /самостоятельная работа/	2				2	УК-8 ПК-5	Эссе	
21	Антропоцентрический эталон здоровья / самостоятельная работа /	2				2	УК-8 ПК-5	Эссе	
22	Соотношение социализации и адаптации. Различные подходы к пониманию адаптации / самостоятельная работа /	2				2	УК-8 ПК-5	Эссе	
23	Влияние волевых качеств на здоровье человека./ самостоятельная работа /	4				4	УК-8 ПК-5	Эссе	
21	Картина мира и образ человека в мировоззрении нового времени /самостоятельная работа/	4				4	УК-8 ПК-5	доклад	
24	Гуманистические идеи относительно модели здоровой	2				2	УК-8 ПК-5	Эссе	

	личности / Интерактивное занятие: /Лек/ Лекция-пресс-конференция /								
25	Психическое здоровье в понимании А.Маслоу: здоровье как уровень развития; характеристики самоактуализирующейся личности, пути самоактуализации / самостоятельная работа /	2				2	УК-8 ПК-5	Эссе	
26	Трансперсональная модель здоровья /самостоятельная работа/	4				4	УК-8 ПК-5	Доклад	
27	Концепция личности и возникновения пограничных нервно- психических расстройств с точки зрения психоанализа, неофрейдизма, бихевиоризма, экзистенциально-гуманистической психологии / самостоятельная работа /	4				2	УК-8 ПК-5	Устный опрос	2
28	Сравнительный анализ устойчивых социокультурных эталонов здоровья / самостоятельная работа /	4				2	УК-8 ПК-5	Эссе	2
29	Национальные образы здоровья и болезни в различных культурах /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	доклад	
30	Принципы построения психологической модели здоровой личности / самостоятельная работа /	4				2	УК-8 ПК-5	Устный опрос	2
31	Структурная согласованность и уровни функционирования психики / самостоятельная работа /	4				2	УК-8 ПК-5		тест 2
32	Структурные и динамические характеристики модели здоровой личности в трудах П.К Анохина, Б.Г. Ананьева, С.Л. Рубенштейна, Л.С.Выготского. /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	Эссе	
33	Психогенные заболевания. Психосоматические расстройства	<u>4</u>				2	УК-8 ПК-5	Устный опрос	2

	/Интерактивное занятие: проблемная лекция /								
34	Первичные валеоустановки как интегрирующие структуры психики / самостоятельная работа /	4				2	УК-8 ПК-5	Эссе	2
35	Анализ социальных представлений здоровье в теории С.Московичи /самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	доклад	
	Раздел 3. Методы саморегуляции и оздоровления								
36	Методы саморегуляции и оздоровления / самостоятельная работа /	4				2	УК-8 ПК-5	Устный опрос	2
37	Соотношение параметров здоровья и адаптации. / самостоятельная работа /	4				2	УК-8 ПК-5	Эссе	2
38	Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования/самостоятельная работа/	6				6	УК-8 ПК-5	реферат	
39	Визуализация как метод саморегуляции и оздоровления./лаб/	6				6	УК-8 ПК-5	Опрос	
	Всего	180	40	30		94			16

5.2. Тематика лабораторных занятий

- Психологическое здоровье личности: теория и практика.
- Риск и рискованное поведение как предмет психологических исследований.
- Влияние стресса на здоровье
- Влияние коммуникативной компетенции на здоровье личности.
- Влияние волевых качеств на здоровье человека./
- Визуализация как метод саморегуляции и оздоровления./

5.3. Примерная тематика курсовых работ

Учебным планом не предусмотрены

6. Образовательные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.

Практические (семинарские) занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1.Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождение истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5.... 10 ошибок);
- ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);
- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2.Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые

содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3. Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-8					
Базовый	Знать: Знать: как анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологическ их процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)	Не знает как анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологическ их процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)	В целом знает как анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологическ их процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)	Знает как анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологическ их процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)	
	Уметь:	Не умеет	В целом умеет	Умеет выявлять	

	выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций	выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций	выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций	проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций	
	Владеть: правилами поведения при возникновении и чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях	Не владеет правилами поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях	В целом владеет правилами поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях	Владеет правилами поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях	
Повышенный	Знать: как анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и				В полном объеме знает как анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и

	социальных явлений) Уметь: выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций				социальных явлений) Умеет в полном объеме выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций
	Владеть: правилами поведения при возникновении и чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях				В полном объеме владеет правилами поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях

ПК-5

Базовый	Знать: психологические феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития	Не знает психологические феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики	психологически е феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиций	психологически е феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиций	
---------	--	--	--	--	--

психики с позиций существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; психологическое использование технологий, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества; принципы организации учебно-воспитательного процесса.	позиций существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества; принципы организации учебно-воспитательного процесса.	существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества; принципы организации учебно-воспитательного процесса.	существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества; принципы организации учебно-воспитательного процесса.	
Уметь: анализировать психологическую теорию возникновения и развития психики в процессе эволюции; прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при	Не умеет анализировать психологическую теорию возникновения и развития психики в процессе эволюции; прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при	В целом умеет анализировать психологическую теорию возникновения и развития психики в процессе эволюции; прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при	Умеет анализировать психологическую теорию возникновения и развития психики в процессе эволюции; прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при	

психических отклонениях; профессионально воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека.	о воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека.	о воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека.	о воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека.	
Владеть: основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп; критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик; навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью оптимизации	Не владеет основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп; критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик; навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью оптимизации	В целом владеет основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп; критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик; навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью оптимизации	Владеет навыками основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп; критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик; навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью оптимизации	

	собственной деятельности; приемами подготовки и проведения лабораторно-практических занятий.	деятельности; приемами подготовки и проведения лабораторно-практических занятий.	деятельности; приемами подготовки и проведения лабораторно-практических занятий.	деятельности; приемами подготовки и проведения лабораторно-практических занятий.	
Повышенный	Знать: психологические феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиций существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества; принципы организации учебно-воспитательного процесса.				В полном объеме владеет психологическими феноменами, категориями, методами изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиций существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества; принципы организации учебно-воспитательного процесса.
	Уметь: анализировать психологические теории возникновения и развития психики в процессе				В полном объеме умеет анализировать психологические теории возникновения и развития психики в процессе

эволюции; прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирова ния различных составляющих психики в норме и при психических отклонениях; профессиональ но воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирова ния человека.				эволюции; прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирова ния различных составляющих психики в норме и при психических отклонениях; профессиональ но воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирова ния человека.
Владеть: основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологическ их свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп; критериями выбора психодиагност ических и психокоррекци онных методик; навыками				В полном объеме владеет основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологическ их свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп; критериями выбора психодиагности ческих и психокоррекцио нных методик; навыками

анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью оптимизации собственной деятельности; приемами подготовки и проведения лабораторно-практических занятий.				анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью оптимизации собственной деятельности; приемами подготовки и проведения лабораторно-практических занятий.
---	--	--	--	---

7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины

7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:

1. Психологические традиции отечественной медицины.
2. Исследование взаимоотношений врача и больного в отечественной психологии и психотерапии Клинико-психологическая диагностика как наиболее важная задача психолога
3. Использование постулатов античной концепции здоровья в современной медицине.
4. Методологические основы отечественной психологии.
5. Психотерапия в рамках психологии. Этические аспекты в психотерапии.
6. Соотношение осознаваемых и неосознаваемых форм психической деятельности.
7. Концепции личности в зарубежной психологии с точки зрения изучения неврозов и психотерапевтической практики (психоанализ).
8. Влияние соматических заболеваний на психику человека.
9. Концепции личности в зарубежной психологии с точки зрения изучения неврозов и психотерапевтической практики (неофрейдизм).
10. Проблема нормы и патологии в клинической психологии.
11. Современные статистические данные о заболеваемости психиатрической патологией в различных странах мира (сравнительный аспект).
12. Индивидуально-психологические особенности проявлений нарушений психических процессов у людей разных национальностей
13. Возможности развития и воспитания психически здорового человека и общества с точки зрения гуманистической психологии.
14. Понимание психологической адаптации в работах А.Налчаджана.
15. Понимание психологической адаптации в работах С.А.Беличевой
16. Понимание психологической адаптации в работах Ф.Б.Березина.
17. Концепции личности в зарубежной психологии с точки зрения изучения неврозов и психотерапевтической практики (экзистенциальная психология).
18. Роль психологических факторов в этиологии неврозов.

19. Концепции личности в зарубежной психологии с точки зрения изучения неврозов и психотерапевтической практики (гуманистическая психология).
20. Вопросы взаимоотношений врача и больного в клинической психологии.
21. Общая характеристика подходов к изучению психосоматических явлений и психосоматической патологии в современной психологии.
22. Исследование взаимоотношений врача и больного в отечественной психологии и психотерапии.
23. Внутренняя картина болезни и здоровья. Возрастные особенности.

Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

7.2.2. Примерные вопросы к промежуточной аттестации (зачет)

1. Психические расстройства с точки зрения психоанализа.
2. Психические расстройства с точки зрения поведенческой психологии.
3. Экзистенциально-гуманистические взгляды на психические расстройства.
4. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования.
5. Концепция здоровья с позиции разных психологических подходов.
6. Соотношение здоровье-болезнь, норма – патология, виды норм.
7. Античная концепция здоровья. Основные принципы и пути оздоровления.
8. Различные подходы к пониманию адаптации.
9. Психическая и психологическая адаптация в современной психологии, ее модели и уровни.
10. Соотношение параметров здоровья и адаптации. Общество как регулятор здоровья индивида. Противоречия адаптационной модели.
11. Адаптационная модель здоровья личности. Соотношение биологического и социального в человеке. Соотношение социализации и адаптации.
12. Модель здоровой личности в трудах Э. Эриксона, Э. Фромма.
13. Психическое здоровье в понимании Г. Олпорта, К. Роджерса.

14. Здоровье как уровень развития личности в понимании А. Маслоу. Характеристики самоактуализирующейся личности, пути самоактуализации.
15. Трансперсональная модель здоровья.
16. Национальные образы здоровья и болезни в культурах Востока и Запада.
17. Структурные и динамические характеристики модели здоровой личности в трудах П.К. Анохина, Б.Г. Ананьева, С.Л. Рубинштейна, Л.С. Выготского.
18. Принципы построения психологической модели здоровой личности. Структурная согласованность и уровни функционирования психики.
19. Анализ социальных представлений о здоровье в теории С. Московичи.
20. Первичные валеоустановки как интегрирующие структуры психики.
21. История возникновения и техника лечения по методу Куэ. Показания и противопоказания к применению саморегулирующих методик.
22. Обоснование и техника лечения по Джекобсону. Этапы освоения прогрессивной мышечной релаксации.
23. Обоснование и техника метода оздоровления на основе самовнушения, йоги, медитации.
24. Техники аутогенной тренировки.
25. Определение понятия здоровье, психическое здоровье, психологическое здоровье. Критерии психического здоровья
26. Внутренняя картина здоровья. Соотношение понятия «состояние здоровья» и «самочувствие».
27. Понятие психического здоровья. Критерии психически здоровой личности.
28. Понятие психической и психологической «нормы». Норма и развитие.
29. Традиционные и инновационные методы оздоровления.
30. Внутренняя картина здоровья и болезни, типы реакции на болезнь, переживание болезни во времени.
31. Возрастные особенности внутренней картины болезни и здоровья.
32. Основы психогигиены и задачи психопрофилактики.
33. Концепция личности и возникновение пограничных нервно-психических расстройств с точки зрения психоанализа, бихевиоризма, гуманистической психологии.
34. Профилактика и коррекция нарушений психического развития.
35. Психическое и психологическое здоровье в разные периоды онтогенетического развития. Факторы риска для психологического здоровья.
36. Специфичность психологических проблем для разных возрастных групп. Особенности психологической помощи с учетом возрастного фактора.

Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине

«Психология здоровья»:

✓ 5 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ 4 - балла - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ 3 балла – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного

аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.

✓ 2 балла – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов

1. Акцентуации личности — это:

крайний вариант нормы

2. _____ здоровьем называют характеристику функционального состояния организма человека по физическим и психическим показателям с целью оценки его способности к определенной профессиональной деятельности.

Профессиональным

3. В гигиене старости первостепенное значение имеют:

умеренные ежедневные физические упражнения

4. Центральное звено аутогенной тренировки, развитие навыка расслабления мышц — это:

релаксация

5. Внешнее проявление уровня физической активности: уровня развития физических качеств и степени владения двигательными умениями и навыками, необходимыми для успешного осуществления определенного рода деятельности человека, — это:

физическая подготовленность

6. Отсутствие или ослабление реагирования на какой-либо неблагоприятный фактор в результате снижения чувствительности к его воздействию — это:

толерантность

7. Приведение чего-либо в соответствие с установленными нормами, правилами называется:

регулированием

8. _____ — это психологический защитный механизм, попытка личности доказать с целью самоутверждения, что поведение рационально и оправданно и потому социально одобряемо.

Рационализация

9. К _____ относят: деградацию почвы, ее загрязнение тяжелыми металлами и другими вредными веществами; загрязнение атмосферы вредными веществами, электромагнитными и ионизирующими излучениями; кислотные дожди; разрушение озонового слоя; смог.

экологическим катастрофам

Типовое контрольное задание:

10. _____ — это психологический защитный механизм, проявляющийся в прикритии собственной неполноценности через подчеркивание желаемых черт или в преодолении неудач в одной сфере деятельности сверхудовлетворением в других сферах.

Компенсация

11. К _____ относятся условия жизни и деятельности, в большей или меньшей степени характеризующиеся наличием реальной витальной угрозы, а, следовательно, чрезмерно высоким уровнем нервно-психической напряженности.

экстремальным

12. _____ — это наводнения, циклоны, ураганы и смерчи, пожары, снежные заносы и лавины, сели, землетрясения и извержения вулканов, оползни, обвалы, цунами, засухи, эпидемии.
Стихийные бедствия
13. Уровень изучения человека, на котором он выступает как субъект одушевленной деятельности, — это:
психологический уровень
14. Основоположителем теории об «адаптационном синдроме» был:
Г. Селье
15. _____ — это степень удовлетворения материальных, культурных, духовных потребностей (в основном экономическая категория).
Уровень жизни
16. _____ — это одна из важнейших биосоциальных категорий, интегрирующих представления об определенном виде (типе) жизнедеятельности человека.
Образ жизни
17. К легальным (разрешенным) наркотикам относятся(-ится):
табак, алкоголь
18. Звукосочетания, эмоционально воздействующие на человека за счет выразительности, громкости, музыкальности произнесенных слов в йоге — это:
мантры
19. _____ — это генетический потенциал организма, продукт наследственности и среды, реализующий наследственный потенциал, определяющий основные законы его индивидуальной жизни. • *Конституция человека*
20. _____ — это максимально возможная эффективность деятельности специалиста (т.е. максимально возможная производительность), обусловленная функциональным состоянием его организма с учетом ее физиологической стоимости.
Профессиональная работоспособность
21. Стадией _____ называется вторая стадия психофизиологических реакций пострадавших в результате катастроф продолжается около 3-5 часов и характеризуется общим психическим напряжением, предельной мобилизацией психофизиологических резервов.
острого психоэмоционального шока
22. _____ — это способ эмоционально-личностного реагирования на те противоречивые ситуации, которые предстают перед индивидуумом в качестве объективно или субъективно неразрешимых.
Психологическая защита

**Критерии оценки тестового материала по дисциплине
«Психология здоровья»:**

- ✓ 5 баллов - выставляется студенту, если выполнены все задания варианта, продемонстрировано знание фактического материала (базовых понятий, алгоритма, факта).
- ✓ 4 балла - работа выполнена вполне квалифицированно в необходимом объеме; имеются незначительные методические недочёты и дидактические ошибки. Пр продемонстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения
- ✓ 3 балла – продемонстрировано умение синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов,

установлением причинно-следственных связей в рамках определенного раздела дисциплины;

✓ 2 балла - работа выполнена на неудовлетворительном уровне; не в полном объеме, требует доработки и исправлений и исправлений более чем половины объема.

7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

Согласно Положения о бально-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета бально-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Пропуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

Таблица перевода бально-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»

	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»
--	---	-----	-----	-----	---	-----	-----	-----	---	-----------

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса

8.1. Основная литература:

1. Башкирева, А. В. Психология здоровья: некоторые аспекты проблем : монография / А. В. Башкирева; Рязанский государственный университет имени С. А. Есенина . - Рязань : РГУ имени С.А.Есенина, 2018. - 168 с. - ISBN 978-5-906987-46-4.- URL: <https://e.lanbook.com/book/164466> - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
2. Иванова, М. Г. Практические аспекты психологии здоровья: учебное пособие / М. Г. Иванова; Кемеровский государственный университет. — Кемерово : КемГУ, 2012. - 47 с. - ISBN 978-5-8353-1334-1. - URL: <https://e.lanbook.com/book/61415> - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
3. Кириллов, Д.В. Исторические предпосылки ценностного отношения к здоровью в отечественной педагогике XX столетия / Д.В. Кириллов // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова, 2009. №1. С.285-287.
4. Психология здоровья: учебное пособие / Е. А. Денисова, С. А. Кузьмичев, Т. В. Чапала, И. В. Малышева; Тольяттинский государственный университет. - Тольятти: ТГУ, 2017. - 107 с. - ISBN 978-5-8259-1198-4. - URL: <https://e.lanbook.com/book/139724> - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
5. Васильева О.С. Психология и культура здоровья: базовые понятия, концепции и подходы: учебное пособие / О. С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2011. - 176 с. ISBN 978-5-9275-0849-5. - URL: <https://new.znaniy.com/catalog/product/550337> - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
6. Правдина, Л. Р. Психология профессионального здоровья: Учебное пособие / Правдина Л. Р.; Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону : ЮФУ, 2016. - 208 с. - ISBN 978-5-9275-2302-3. - URL: <https://new.znaniy.com/catalog/product/991809> - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

8.2. Дополнительная литература:

1. Никифоров, Г. С. Психология здоровья: восточная традиция : учебное пособие / Г. С. Никифоров. - Санкт-Петербург : СПбГУ, 2019. - 110 с. - ISBN 978-5-288-05896-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znaniy.com/catalog/product/1243864> – Режим доступа: по подписке.

2. Психология здоровья. Социально-психологические, клинические, нейропсихологические проблемы и психологическая помощь : монография / И. С. Алферова, Т. В. Валиева, Е. В. Власова [и др.] ; под редакцией Е. С. Набойченко, Н. В. Жуковой. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 112 с. — ISBN 978-5-8114-4860-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/143688> — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Данченко, С. П. Начала педагогики безопасности : монография / С.П. Данченко. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 192 с. — (Научная мысль). — DOI 10.12737/1371146. - ISBN 978-5-16-016911-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1371146> – Режим доступа: по подписке.
4. Морозова, Е. В. Физическая культура как компонент здорового образа жизни современного студенчества: социологический аспект / Е. В. Морозова. - Текст : электронный // Вестник Удмуртского университета. Серия 3. Философия. Социология. Психология. Педагогика. - 2010. - №1. - С. 70-74. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/525972> – Режим доступа: по подписке.
5. Посохова, С. Т. Психология инклюзии: диалог детей с разными возможностями здоровья : учебно-методическое пособие / С. Т. Посохова, Е. Е. Белан. - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 172 с. - ISBN 978-5-288-06055-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1840329> – Режим доступа: по подписке.
6. Правдина, Л. Р. Психология здоровья и безопасность жизнедеятельности / Л. Р. Правдина, О. С. Васильева // Северо-кавказский психологический вестник. – 2013. – Т. 11. – № 1. – С. 39-43. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20318499>
7. Правдина, Л. Р. Психология профессионального здоровья: Учебное пособие / Правдина Л.Р. - Ростов-на-Дону :Южный федеральный университет, 2016. - 208 с.: ISBN 978-5-9275-2302-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/991809> – Режим доступа: по подписке.
8. Психология физической культуры: Учебник / Под ред. Яковлев Б.П. - Москва :Спорт, 2016. - 624 с.ISBN 978-5-906839-11-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/914634> – Режим доступа: по подписке.
9. Шингаев, С. М. Психология профессионального здоровья руководителя: теория, методология, практика : учебное пособие / С. М. Шингаев, Г. С. Никифоров, Н. Е. Водопьянова ; под. ред. Г. С. Никифорова. - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 156 с. - ISBN 978-5-288-06061-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1840328> – Режим доступа: по подписке.
10. Ширшов, В. Д. Сабриентология: наука о трезвом сознании : монография / В.Д. Ширшов. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 210 с. — (Научная мысль). — DOI 10.12737/monography_5aa7dfb0d5c569.52475155. - ISBN 978-5-16-014052-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1247146> – Режим доступа: по подписке.

9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к

	контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

10.1. Общесистемные требования

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: <http://kchgu.ru>.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: <https://do.kchgu.ru>.

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 332 эбс от 02.06.2026 г. Электронный адрес: https://znanium.com	от 12.05.2026г. до 11.05.2027г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 10 от 11.02.2025 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2025г. до 11.02.2026г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22. 02. 2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение	Бессрочный

	№15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	
2026-2027 учебный год	Электронный ресурс Polpred.comОбзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

При необходимости для проведения занятий используется аудитория, оборудованная компьютером с доступом к сети Интернет с установленным на нем необходимым программным обеспечением и браузером, проектор (интерактивная доска) для демонстрации презентаций и мультимедийного материала. В соответствии с содержанием лекционных, практических (лабораторных) занятий при их проведении используется аудитория, рабочие места обучающихся в которой оснащены компьютерной техникой, имеют широкополосный доступ в сеть Интернет и программное обеспечение, соответствующее решаемым задачам. Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, для организации и проведения практической деятельности, научно-исследовательской работы используется **учебная аудитория №406, учебный корпус №4.**

Специализированная мебель: столы ученические, стулья, доска, стол-тумба, трибуна.

Технические средства обучения:

- телевизор LG, персональный компьютер с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для проведения занятий лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций и самостоятельной работы используется лаборатория – **аудитория №411, учебный корпус №4.**

Специализированная мебель: столы ученические, стулья, стол-тумба, меловая доска

Технические средства обучения:

- персональный компьютер с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета

Лабораторное оборудование и материалы:

1. Картотека диагностических средств.
2. Видеокамера (Sony HDR-SR5E-1 шт.)
3. Тонометр (Omron M1-4 шт.)
4. Ростометр (АСК РМ.01.00-1 шт.)
5. Весы напольные (Tanita HD-326-2 шт.)
6. Пульсоксиметр (Aiqura AD-805-10шт.)
7. Секундомер(15 шт.)
8. Мониторные наушники закрытого типа (Sennheiser HD 180-9шт.)
9. Динамометр кистевой (4шт.)
10. Студийные двухканальные усилители мощности серии RA(Alesis RA300 Amplifier-1шт.)

Демонстрационный материал к психодиагностическим методикам (бланки, стимульный материал, таблицы):

- тест Гилфорда, (бланки, 5 комплектов)
- тест Векслера (взрослый), (бланки, 5 комплектов)
- факторный личностный опросник Кеттелла, (бланки, 5 комплектов)
- фрустрационный тест Розенцвейга, (взрослый) (бланки, 5 комплектов)
- личностный опросник ММРІ (бланки, (бланки, 5 комплектов)
- программы социально-психологического тренинга;
- тест «Рука». Руководство (адаптация проективной методики «The Hand Test» Б. Бриклина, З. Пиотровского, Э. Вагнера), (бланки, 5 комплектов)

- ОТеЦ (подростковый), (бланки, 5 комплектов)
- опросник терминальных ценностей (подростковый вариант), (бланки, 5 комплектов)
- скрининговый тест школьной зрелости (бланки, 5 комплектов)
- тест диагностики информированности ребенка о социальном окружении, (бланки, 4 комплектов)
- картоно-словарный тест, (бланки, 5 комплектов)
- тест интеллектуального потенциала, (бланки, 5 комплектов)
- тестовая батарея общих профессиональных способностей, (бланки, 6 комплектов)
- опросник "Психического выгорания" для учителей, (бланки, 3 комплектов)
- шкала субъективного благополучия, (бланки, 5 комплектов)
- методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП), (бланки, 5 комплектов)
- шкала эмоциональной возбудимости, (бланки, 5 комплектов)
- тест "Нарисуй человека" (бланки, 5 комплектов)
- тест интеллекта, свободный от влияния культуры (cf2a), (бланки, 5 комплектов)
- тест вербального интеллекта (i-test), (бланки, 3 комплектов)
- личностный опросник «НЭП», (бланки, 5 комплектов)
- восьмицветовой тест Люшера, (бланки, 3 комплектов)
- опросник Я. Стреляу, (бланки, 3 комплектов)
- опросник для диагностики способности к эмпатии А.Мехрабианом И Н. Эпстайном, (бланки, 5 комплектов)
- методика диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении Бойко, (бланки, 5 комплектов)
- тест межличностных отношений Т. Лири, (бланки, 5 комплектов)
- методика САН, (бланки, 5 комплектов).

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

Аудитория №406

1. Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная.
2. Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная.
3. ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
4. Calculate Linux (внесён в ЕРПП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
5. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.
6. Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025г. Срок действия лицензии с 27.02.2025г. по 07.03.2027г.

Аудитория №411

1. Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная.
2. Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная.
3. ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
4. Calculate Linux (внесён в ЕРПП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
5. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.
6. Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025г. Срок действия лицензии с 27.02.2025г. по 07.03.2027г.
7. Лонгитюд-ЭДК+. Лицензия: 553. ООО «Лонгитюд». Срок действия: бессрочно
8. IBM SPSS. Лицензия: L141224. ЗАО «Прогностические решения». Срок действия: бессрочно

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Федеральный портал «Российское образование»- <https://edu.ru/documents/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru/>

3. Базы данных Scopus издательства Elsevier <http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window.edu.ru>.

11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «Положением об обучении лиц с ОВЗ в КЧГУ», размещенным на сайте Университета по адресу: <http://kchgu.ru>.

12. Лист регистрации изменений

Изменение	Дата и номер протокола ученого совета факультета/ института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений в ОПВО	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОПВО
Обновлен договор №332 эбс ООО «Знаниум» от 02.06.2026г. Действует с 02.06.2026г. до 11.06.2027г.		03.06.2026г., протокол № 8