

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Шуматов Валентин Борисович

Должность: Ректор

Дата подписания: 12.07.2023 11:08:25

Уникальный программный ключ:

1cef78fd73d75dc6ecf72fe1eb94fee387a2985d7657b784eef019bf8a794cb4

Приложение 4.8

к основной образовательной программе высшего образования по направлению подготовки/специальности 37.04.01 Психология (уровень магистратуры), направленности 03 Социальное обслуживание (в сфере: психологического сопровождения представителей социально уязвимых слоев населения; консультативной помощи работникам социальных служб, социальной помощи семье и замещающим семьям; оказания психологической помощи отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию; просвещения и повышения психологической культуры населения)

ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России
Утверждено на заседании ученого совета
протокол № 8-1/22-23 от «31» марта 2023 г.

Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ
Первый проректор


/Л.В. Транковская/
«31» марта 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1. В. ДЭ.01.01 ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

(наименование учебной дисциплины)

Направление подготовки (специальность)	37.04.01 Психология
Уровень подготовки	Магистратура
Направленность подготовки	Психологическое консультирование
Сфера профессиональной деятельности	Социальное обслуживание (в сфере организации системы психологического сопровождения представителей социально уязвимых слоев населения; оказание психологической помощи отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию)
Форма обучения	очная
Срок освоения ОПОП	2 года
Институт/кафедра	Общепсихологических дисциплин

При разработке рабочей программы дисциплины (модуля) **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** в основу положены:

1) ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 37.04.01 Психология утвержденный Министерством высшего образования и «29» июля 2020 г. № 841 науки Российской Федерации

2) Учебный план по направлению подготовки/специальности 37.04.01 Психология (уровень магистратуры), направленности Психологическое консультирование в сфере социального обслуживания (в сфере организации системы психологического сопровождения представителей социально уязвимых слоев населения; оказание психологической помощи отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию) утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России «17» февраля 2023 г., Протокол № 7/22-23.

Рабочая программа дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** одобрена на заседании кафедры Общепсихологических дисциплин от «15» марта 2023 г. Протокол № 7.

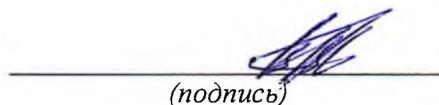
Заведующий кафедрой


(подпись)

Кадыров Р.В.
(Ф.И.О.)

Рабочая программа дисциплины (модуля) **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** одобрена УМС по специальностям Факультета ординатуры и магистратуры от «28» марта 2023г. Протокол № 3/22-23

Председатель УМС


(подпись)

Скварник В.В.
(Ф.И.О.)

Разработчик:

доцент
кафедры общепсихологических дисциплин



Горшкова О.В.

2. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Цель и задачи освоения дисциплины Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

Цель освоения учебной дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** состоит в овладении студентами знаниями по наиболее значимым аспектам всех видов здоровья человека, современной проблематики психологии здоровья, формирование представлений о предмете, методах и задачах психологии здоровья, о критериях и факторах обеспечения здоровья.

При этом **задачами** дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья**, являются:

- Формирование научного понимания психологии здоровья и возможности применения этих знаний на практике;
- Приобретение студентами знаний о психологическом обеспечении здоровья на основных этапах жизненного пути человека и в различных видах деятельности;
- Формирование у студентов потребности в здоровом образе жизни и соответствующих формах его обеспечения

2.2. Место учебной дисциплины Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья основной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки/специальности 37.04.01 Психология (уровень магистратуры), направленности Психологическое консультирование в сфере социального обслуживания (в сфере организации системы психологического сопровождения представителей социально уязвимых слоев населения; оказание психологической помощи отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию).

2.2.1. Дисциплина **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** относится к части элективных дисциплин (модули) 1 (ДЭ.1)

2.2.2. Для изучения дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

Б1.О.01 Методологические основы психологии;

Б1.О.04 Качественные и количественные методы исследования

Знания: методологии психологии, логики использования качественных и количественных методов исследования;

Умения: самостоятельно формулировать практические задачи, применять методы психологической диагностики, соответствующие поставленной задаче;

Навыки: применения методов психологического исследования и диагностики.

2.3. Требования к результатам освоения дисциплины Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

Освоение дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Индикаторы достижения установленных универсальных компетенций

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника	Индикаторы достижения универсальной компетенции
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	ИДК.УК-1 ₁ - осуществляет поиск и интерпретирует профессиональные проблемные ситуации ИДК.УК-1 ₂ - определяет источники информации для критического анализа профессиональных проблемных ситуаций ИДК.УК-1 ₃ - разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов

2.4. Характеристика профессиональной деятельности выпускника

2.4.1. Профиль и сфера профессиональной деятельности выпускника. Направленность Психологическое консультирование в сфере социального обслуживания (в сфере организации системы психологического сопровождения представителей социально уязвимых слоев населения; оказание психологической помощи отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию). Выпускники могут осуществлять профессиональную деятельность в других областях и сферах профессиональной деятельности при условии соответствия уровня их образования и полученных компетенций требованиям к квалификации работника.

2.4.2 Задачи профессиональной деятельности выпускников.

В рамках освоения ООП ВО выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

1. Психодиагностическая;
2. Консультативный и психотерапевтический
3. Организационно-управленческая;
4. Научно-исследовательская.

При каждом типе задач профессиональной деятельности выпускников определены следующие виды задач.

Тип: Психодиагностический.

Вид: Диагностика личности и психических явлений.

Тип: Консультативный и психотерапевтический.

Вид: Психологическая помощь и психологическое вмешательство.

Тип: Организационно-управленческий.

Вид: Аналитические, административные.

Тип: Научно-исследовательский.

Вид: Аналитические, демонстрационные.

2.4.3 Виды профессиональной деятельности, на основе формируемых при реализации дисциплины (модуля) компетенций:

2. Консультативный и психотерапевтический

3. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

3.1. Объем дисциплины Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестр
		№ 1
1	2	3
Аудиторные занятия (всего), в том числе:	62	62
Лекции (Л)	14	14
Практические занятия (ПЗ)	48	48
Самостоятельная работа студента (СРС), в том числе:	46	46
Подготовка к занятиям (ПЗ)	20	20
Подготовка к текущему контролю (ПТК)	20	20
Подготовка к промежуточному контролю (ППК)	6	6
Вид промежуточной аттестации	зачет (3)	-
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	108
	ЗЕТ	3

3.2.1. Разделы учебной дисциплины Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья и компетенции, которые должны быть освоены при их изучении

п/ №	№ компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах (темы разделов)
---------	---------------	---	--

1	2	3	4
1.	УК-1	I. Введение в проблематику психологии здоровья	Психология здоровья как междисциплинарная проблема
			Психологические аспекты здоровья индивида и общества
			История изучения психологии здоровья
2.	УК-1	II. Теоретические основы психологии здоровья и психологическая диагностика здоровья личности	Теоретические основы проблемы здоровья в психологии
			Основные понятия психологии здоровья
			Современные направления исследований в психологии здоровья
			Критерии психологического здоровья
			Методология и методы в исследовании психологии здоровья
3.	УК-1	III. Психология профессионального здоровья	Психология профессионального здоровья как научная дисциплина
			Содержание концепций психологического обеспечения профессионального здоровья
			Основные направления исследования проблемы профессионального здоровья.
			Психологические факторы профессионального здоровья личности
			Гуманистическое направление в обеспечении психологии профессионального здоровья. Позитивная психология профессионального здоровья
			Технологии психологического сопровождения в обеспечении профессионального здоровья

3.2.2. Разделы учебной дисциплины Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

№	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)						Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ЛР	ПЗ	СРС	Конс.	всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1.	1	I. Введение в проблематику психологии здоровья	2	0	8	6	0	16	Тестирование Кейс-метод

2.	1	II. Теоретические основы психологии здоровья и психологическая диагностика здоровья личности	6	0	20	20	0	46	Кейс-метод Творческое задание
4.	1	III. Психология профессионального здоровья	6	0	20	20	0	46	Кейс-метод Творческое задание
5.	1	Зачет	-	-	-	-	-	-	
ИТОГО:			14	0	48	46	0	108	

3.2.3. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья**

п/№	Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)	Часы
1	2	3
1 семестр		
I. Введение в проблематику психологии здоровья		
1.	Психология здоровья как междисциплинарная проблема. Психологические аспекты здоровья индивида и общества. История изучения психологии здоровья	2
II. Теоретические основы психологии здоровья и психологическая диагностика здоровья личности		
2.	Теоретические основы проблемы здоровья в психологии. Основные понятия психологии здоровья	2
3.	Современные направления исследований в психологии здоровья. Критерии психологического здоровья	2
4.	Методология и методы в исследовании психологии здоровья	2
III. Психология профессионального здоровья		
5.	Психология профессионального здоровья как научная дисциплина. Содержание концепций психологического обеспечения профессионального здоровья. Основные направления исследования проблемы профессионального здоровья.	2
6.	Психологические факторы профессионального здоровья личности. Гуманистическое направление в обеспечении психологии профессионального здоровья. Позитивная психология профессионального здоровья	2
7.	Технологии психологического сопровождения в обеспечении профессионального здоровья	2
Итого часов в семестре		14
Всего часов		14

3.2.4. Название тем практических занятий и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья**

п/№	Название тем практических занятий учебной дисциплины (модуля)	Часы
1	2	3
1 семестр		
I. Введение в проблематику психологии здоровья		
1.	Психология здоровья как междисциплинарная проблема. Психологические аспекты здоровья индивида и общества. История изучения психологии	8

	здоровья	
II. Теоретические основы психологии здоровья и психологическая диагностика здоровья личности		
2.	Теоретические основы проблемы здоровья в психологии. Основные понятия психологии здоровья	4
3.	Современные направления исследований в психологии здоровья. Критерии психологического здоровья	8
4.	Методология и методы в исследовании психологии здоровья	8
III. Психология профессионального здоровья		
5.	Психология профессионального здоровья как научная дисциплина. Содержание концепций психологического обеспечения профессионального здоровья. Основные направления исследования проблемы профессионального здоровья.	6
6.	Психологические факторы профессионального здоровья личности Гуманистическое направление в обеспечении психологии профессионального здоровья. Позитивная психология профессионального здоровья	6
7.	Технологии психологического сопровождения в обеспечении профессионального здоровья	8
Итого часов в семестре		48
Всего часов		48

3.3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

3.3.1. Виды СРС

№ п/п	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СРС	Всего часов
1	3	4	5
1 семестр			
I. Введение в проблематику психологии здоровья			
1.	Психология здоровья как междисциплинарная проблема. Психологические аспекты здоровья индивида и общества. История изучения психологии здоровья	подготовка к занятиям, подготовка к тестированию	4
II. Теоретические основы психологии здоровья и психологическая диагностика здоровья личности			
2.	Теоретические основы проблемы здоровья в психологии. Основные понятия психологии здоровья	подготовка к занятиям, подготовка к текущему контролю	7
3.	Современные направления исследований в психологии здоровья. Критерии психологического здоровья	подготовка к занятиям, подготовка к тестированию	7
4.	Методология и методы в исследовании психологии здоровья	подготовка к занятиям, подготовка к тестированию	7
III. Психология профессионального здоровья			
5.	Психология профессионального здоровья как научная дисциплина. Содержание концепций психологического обеспечения профессионального здоровья. Основные направления исследования проблемы профессионального здоровья.	подготовка к занятиям, подготовка к промежуточному контролю	7
6.	Психологические факторы профессионального здоровья личности Гуманистическое	подготовка к занятиям, подготовка к тестированию	7

	направление в обеспечении психологии профессионального здоровья. Позитивная психология профессионального здоровья		
7.	Технологии психологического сопровождения в обеспечении профессионального здоровья	подготовка к занятиям, подготовка к тестированию, подготовка к сдаче зачета	7
Итого часов в семестре			46
Всего часов			46

3.3.2. Примерный список рефератов.

Семестр 1

1. Концепция интегративного (холистического) здоровья (holistic health)
2. Комплексный подход к диагностике профессионального здоровья.
3. Ресурсная модель профессионального здоровья
4. Подходы к формированию здоровья профессионала
5. Программы и технологии развития профессионального здоровья
6. Понятие здоровья и оздоровления
7. Психологические аспекты здорового образа жизни (ЗОЖ)
8. Перспективные направления исследований позитивной психологии здоровья
9. Научно-исследовательский подход к развитию психологии здоровья
10. Индивидуально-типологические особенности психологического здоровья
11. Виды здоровья и их характеристики
12. Психологические факторы рискованного поведения
13. Гуманистический подход в обеспечении психологии здоровья
14. Теоретические основы проблемы здоровья в психологии
15. Психологические концепции здоровья
16. Психологические проблемы формирования отношения к здоровью
17. Научные подходы к определению здоровья (нормоцентрический, холистический, кросс-культурный, феноменологический и др.). Сравнительная характеристика.
18. Факторы влияния на здоровье (по Г.С. Никифорову)
19. Категория «отношения» в трудах отечественных психологов и ее связь с «отношением» к здоровью (В.М. Бехтерев, А.Ф. Лазурский, С.Л. Франк, В.Н. Мясищев и др.)
20. Психология формирования комплаенса (приверженности лечению) и его роль в обеспечении здоровья

3.3.3. Контрольные вопросы к зачету Приложение 1

3.3.4. Примеры ситуационных задач на зачет Приложение 2

3.3.5. Примеры тестовых заданий Приложение 3

3.4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

3.4.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

№ п/п	№ семестра	Виды контроля	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Оценочные средства		
				Форма	Кол-во вопросов в задании	Кол-во независимых вариантов
1	2	3	4	5	6	7
1.	1	Текущий	I. Введение в проблематику психологии здоровья	Тест	10	3
2.	1	Текущий	II. Теоретические	Тест	25	3

			основы психологии здоровья и психологическая диагностика здоровья личности	Ситуационные задачи Дискуссии Анализ интернет-ресурсов	1 1 1	
3.	1	Промежуточный, Текущий	III. Психология профессионального здоровья	Тест Ситуационные тесты – анализ конкретной ситуации Зачет	25 5	3 3

3.4.2. Примеры оценочных средств:

для текущего контроля (ТК)	Тест: «История становления и современное состояние психологии здоровья»
	Блиц-опрос: «Основные проблемы психологии здоровья»
для текущего контроля (ТК)	Доклад, участие в обсуждении: «Определение психологии здоровья и задачи исследования»
	Анализ интернет-ресурсов, письменная работа: «Психологические факторы здоровья»
	Тест: «Методы диагностики базового уровня здоровья»
	Реферат: «Теоретические основы проблемы здоровья в психологии»
	Ситуационные тесты – анализ конкретной ситуации: «Психология здоровья»
	Реферат «Психологические концепции здоровья»
для промежуточного контроля (ПК)	Письменная работа: «Создание глоссария по дисциплине Психология здоровья»
	Ситуационная задача «Смыслообразующий мотив поведения при девиантном поведении, нарушающем здоровье»
	Индивидуальное собеседование: «Критерии психологического здоровья»
	Самодиагностика по методикам определения психологического здоровья

3.5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

3.5.1. Основная литература

п/№	Наименование, тип ресурса	Автор(ы) /редактор	Выходные данные, электронный адрес	Кол-во экз. (доступов) в БИЦ
1	2	3	4	5
1	Психология здоровья.	А. В. Никольский	Москва: Издательство	Неогр.д

	Специфика и пределы адаптивности человека (Электронный ресурс)		Юрайт, 2020. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11748-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/446058	
2	Психология здоровья (Электронный ресурс)	В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина	Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 381 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11949-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/452565	Неорг.д
3	Психология здоровья (Электронный ресурс)	Секач М. Ф.	Москва: Академический Проект, 2020. - 192 с. ("Gaudeamus") - ISBN 978-5-8291-2835-7. Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. – URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829128357.html	Неорг.д
4	Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний: учеб. пособие (Электронный ресурс).	под ред. Н. Д. Ющука, И. В. Маева, К. Г. Гуревича	М.: Практика, 2015. - 416 с.: URL http://books-up.ru	Неорг.д
5	Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи (Электронный ресурс).	Л. А. Байкова	М. : Юрайт, 2019. — 216 с. — (Серия : Авторский учебник). URL: https://www.biblio-online.ru	Неорг.д
6	Психология здоровья (Электронный ресурс)	В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина.	Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 431	Неорг.д

	ресурс)		с.— URL: https://biblio-online.ru	
--	---------	--	---	--

3.5.2. Дополнительная литература

п/№	Наименование, тип ресурса	Автор(ы) /редактор	Выходные данные, электронный адрес	Кол-во экз. (доступов) в БиЦ
1	2	3	4	7
1	Профессиональные заболевания медицинских работников	В.В. Косарев, С.А. Бабанов	М. : ИНФРА-М, 2015. - 175 с.	2
2	Охрана труда в медицинских организациях	М. А. Татарников	М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 344 с.	2
3	Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни (Электронный ресурс).	А.А. Щанкин	- М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 97 с. URL : http://biblioclub.ru	Неогр.д
4	Психология для жизни. Упорядочение образа мыслей, развитие и поведение человека наших дней. (Электронный ресурс)	И. Атватер, К. Г. Даффи	М.: Юнити-Дана, 2015. - 544 с. URL: http://www.biblioclub.ru	Неогр.д.
5	Анатомия здорового и нездорового образа жизни (Электронный ресурс)	И. В. Гайворонский, П. К. Яблонский, Г. И. Ничипорук	СПб. : СпецЛит, 2014. - 182 с. URL: http://books-up.ru	Неогр.д.
6	Психология здоровья (Электронный ресурс)	Ю.Г. Фролова	Минск : Вышэйшая школа, 2014. - 256 с. URL: http://studentlibrary.ru	Неогр.д
7	Психологические аспекты медицинской реабилитации	под ред. Е. Е. Ачкасова, Н. Д. Твороговой	М.: ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 351	2

3.5.3 Интернет-ресурсы.

Базовые интернет-ресурсы БиЦ

1. ЭБС «Консультант студента» <http://studmedlib.ru>
2. ЭБС «Университетская библиотека online» <http://www.biblioclub.ru/>
3. ЭБС «Юрайт» <http://www.biblio-online.ru;>
4. Электронные каталоги библиотеки ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России ТГМУ <http://lib.vgmu.ru/catalog/>
5. Медицинская литература <http://www.medbook.net.ru/>

Дополнительные интернет-ресурсы БИЦ

1. Электронная библиотечная система «Букап» <http://books-up.ru/>
2. Электронная библиотека авторов ТГМУ в Электронной библиотечной системе «Рукопт»
3. Электронно-библиотечная система elibrary (подписка) <http://elibrary.ru/>
4. ЭБС «Лань» <http://www.e.lanbook.ru>
5. БД Scopus <https://www.scopus.com>

Ресурсы открытого доступа

1. Cyberleninka <https://cyberleninka.ru/>
2. НОРА — «Национальный агрегатор открытых репозиторий российских университетов» <https://openrepository.ru/uchastniki>
3. ГИС «Национальная электронная библиотека» НЭБ с виртуальным читальным залом диссертаций РГБ <https://rusneb.ru/>
4. PubMed <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
5. Freedom Collection издательства Elsevier <http://www.sciencedirect.com/>.

3.6. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Учебная аудитория № 29-002 «Аудитория арт-терапии», адрес: 690002, Приморский край, г. Владивосток, пр-кт, Океанский, д. 165, (литера А, S=60,2 кв.м, № 18 на плане 9 этажа), оборудование: комплект мебели преподавательский – 1 шт.; комплект учебной мебели на 24 посадочных места; полка навесная деревянная (настенная) - 2 шт.; мольберт-тренога "Лира" (древесина) – 3 шт.; комод с выдвижными ящиками – 1 шт.; полки навесные (древесина) – 3 шт.; шкаф двух-дверный (металлический) – 2 шт.; песочница с голубым дном и бортами из натурального дерева, на телескопических ножках – 1 шт.; «Чудо» песочница из белого дерева с крышкой на ножках - 1 шт.; доска магнитно-маркерная (настенная), покрытие: лаковое, рамка: металл – 1 шт.; стенд «Психологическое консультирование» - 1 шт.

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочим учебным программам дисциплин (модулей): лекционный зал № 44-003, адрес: 690002, Приморский край, г. Владивосток, пр-кт, Океанский, д. 163, (литера 1, S=123,6 кв.м. № 3 на плане мансардного этажа), оборудование: комплект мебели преподавательский – 1 шт., комплект учебной мебели на 86 посадочных мест, громкоговоритель-1 шт., персональный компьютер Gigabyte - 1 шт., проектор CASIO - 1 шт., усилитель - 1 шт., экран - 1 шт.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации: класс для самостоятельной работы № 41-007, адрес: 690002, Приморский край, г. Владивосток, пр-кт,

Океанский, д. 163, (литера 1, S=34кв.м. № 17 на плане 1 этажа, оборудование: комплект мебели преподавательский – 1 шт., комплект учебной мебели на 10 посадочных мест, персональный компьютер Моноблок «Lenovo»- 10 шт. с подключением сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационную – образовательную среду организации, Canon LPP-810 – 1шт.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

3.7 Перечень информационных технологий, используемых для осуществления образовательного процесса по дисциплине Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья, программного обеспечения и информационно-справочных систем.

1. ABBYY FineReader
2. Kaspersky Endpoint Security
3. Система онлайн-тестирования INDIGO
4. Microsoft Windows 7
5. Microsoft Office Pro Plus 2013

3.8. Образовательные технологии

Используемые образовательные технологии при реализации дисциплины 75% интерактивных занятий от объема аудиторных занятий

3.9. Разделы дисциплины Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

п/№	Наименование последующих дисциплин	Разделы данной дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин		
		1	2	3
1.	Арт-терапия в практике психологического консультирования	-	-	+
2.	Психологическая профилактика и реабилитация как специальные направления психологического консультирования	-	+	+
3.	Теория и практика психологической помощи при психосоматических расстройствах	+	+	+

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

Реализация дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** осуществляется в соответствии с учебным планом в виде контактной работы (62 час.), включающих лекционный курс и практические занятия, и самостоятельной работы (46 час., в том числе текущий контроль и промежуточная аттестация). Основное учебное время при реализации дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** выделяется на практическую работу, в том числе, по формированию профессионального мышления и поведения в области психологии здоровья, овладении студентами навыков диагностики всех видов здоровья, внедрения технологий управления здоровьем в практику деятельности психолога.

При изучении учебной дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** необходимо использовать анализ теоретических источников и освоить практические умения в области психологии здоровья.

Практические занятия проводятся в виде контактной работы с демонстрацией практических навыков и умений с использованием методологии, методов и техник в области психологии здоровья (кейс – технологий, презентаций, рефератов и др.).

В соответствии с требованиями ФГОС ВО при реализации дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** используются активные и интерактивные формы проведения практических занятий в виде: индивидуальных собеседований; ответов на тестовые задания,

дискуссий, просмотра учебных психологических фильмов, практических упражнений, презентаций и защиты рефератов, творческих работ по специфике деятельности психолога в области обеспечения здоровья в различных сферах деятельности человека.

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет не менее 75% от контактной работы.

Самостоятельная работа студентов включает подготовку докладов, рефератов, творческих работ, сочинений презентаций и включает подготовку по главным темам дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья**.

Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СРС). Каждый обучающийся обеспечен доступом фондам БИЦ ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.

По дисциплине **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** разработано методическое сопровождение реализации дисциплины, собран фонд оценочных средств.

При освоении учебной дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** обучающиеся самостоятельно проводят анализ учебной литературы и электронных ресурсов оформляют рефераты, доклады, эссе, графические работы, и представляют их на практических занятиях.

Освоение дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** способствует развитию у обучающихся коммуникативных навыков на разных уровнях для решения задач, соответствующих типу профессиональной деятельности, направленных на объект профессиональной деятельности на основе формирования соответствующих компетенций. Обеспечивает выполнение трудовых действий в рамках трудовых функций: А/02.6; А/03.6, профессионального стандарта «Психолог-консультант» и трудовых функций А/03.7; А/04.7 профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере».

Текущий контроль освоения дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** определяется при активном и/или интерактивном взаимодействии обучающихся и преподавателя во время тестирования, текущего контроля усвоения предмета определяется устным опросом в ходе занятий, во время психологических разборов ситуаций, при решении типовых ситуационных задач и ответах на тестовые задания, предусмотренных формируемыми компетенциями реализуемой дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья**.

Промежуточная аттестация проводится в форме, предусмотренной учебным планом с использованием тестового контроля.

Вопросы по учебной дисциплине **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** включены в Государственную итоговую аттестацию выпускников.

5. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

Вид воспитательной работы	Формы и направления воспитательной работы	Критерии оценки
<p>Помощь в развитии личности: Духовно-нравственное и культурно-творческое воспитание Профессионально-личностное воспитание Научно-образовательное</p>	<p>Открытые: Культурно-массовые и досуговые мероприятия с участием студентов и преподавателей (День первокурсника, Новый год и др.) Мероприятия по профилактике правонарушений и девиантного поведения обучающихся Экскурсии в музеи, знакомство с историко-культурным и этническим наследием края, посещение театральных спектаклей, концертов Библиотека кафедры общепсихологических дисциплин, организованная по принципу букроссинга</p>	<p>Наличие у обучающегося нравственных качеств, толерантности к восприятию других культур независимо от их национальной, социальной, религиозной принадлежности и мировоззрения</p>

<p>воспитание</p>	<p>Дискуссионный клуб, Клуб практической психологии</p> <p>Участие в региональных и городских волонтерских акциях</p> <p>Участие в волонтерском студенческом психологическом отряде «Аргус» и Всероссийском общественном движении «Волонтеры-медики»</p> <p>Участие в работе студенческого центра психологической помощи «Асимптота»</p> <p>«Декада толерантности», посвященная Международному дню толерантности</p> <p>Научно-просветительские мероприятия, посвященные памятным датам психологии</p> <p>Мероприятия по профориентации, обучающихся 10-11 классов</p> <p>Обучение волонтеров-психологов навыкам оказания психологической поддержки в чрезвычайных и экстремальных ситуациях</p> <p>Участие в мотивационных тренингах с иностранными студентами, обучающимися в ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России</p> <p>Индивидуальная воспитательная работа со студентами, выполняющими курсовые и выпускные квалификационные работы</p> <p>Участие во всероссийских, региональных и городских конкурсах, олимпиадах, конгрессах, симпозиумах, научно-практических конференциях и конкурсах молодых ученых.</p> <p>Скрытые:</p> <p>Развитие ценностно-смысловой сферы и духовной культуры; развитие творческих способностей обучающихся, повышение их интеллектуального уровня, формирование гармонично развитой личности</p> <p>Профессиональное воспитание, осознание обучающимися профессиональной идентичности (осознание своей принадлежности к определённой профессии и профессиональному сообществу), социально-профессиональная ответственность, усвоение профессионально-этических норм</p> <p>Формирование исследовательского и критического мышления, мотивации к непрерывному образованию, самообразованию научно-исследовательской деятельности</p>	<p>Наличие мотивации на освоение образовательной программы и самостоятельной работы, нацеленности на интеллектуальное развитие и профессиональное становление, жизненное самоопределение</p> <p>Наличие мотивации к научно-исследовательской работе</p>
<p>Гражданские ценности: Гражданско-правовое и патриотическое воспитание</p>	<p>Открытые:</p> <p>Помощь в сопровождении Народного шествия «Бессмертный полк» и праздничных мероприятий, приуроченных к Дню Победы</p> <p>Воспитательное мероприятие «Психологи в годы Великой Отечественной войны»</p> <p>Участие в благотворительных акциях по оказанию помощи малоимущим, нуждающимся, детским домам, реабилитационным центрам и</p>	<p>Наличие у обучающегося: лидерских и социально значимых качеств, социальной ответственности и дисциплинированности</p>

	<p>другим учреждениям социальной направленности.</p> <p>Благотворительная акция «Студенты – ветеранам» для пожилых людей Дома – интерната ветеранов войны и труда.</p> <p>Участие в мероприятиях вуза, трудовых субботниках и десантах, волонтерских акциях, Днях донора</p> <p>Лекции для студентов о проблемах предотвращения экстремизма в обществе</p> <p>Участие в мероприятиях, способствующих воспитанию гражданско-патриотической и правовой культуры: конференциях, круглых столах, конкурсах, семинарах</p>	<p>Развитие самостоятельного опыта общественной деятельности</p> <p>Наличие у обучающегося личностных качеств, способствующих творческой активности, общекультурному росту и социальной ответственности</p>
	<p>Скрытые: развитие у обучающихся общегражданских ценностных ориентаций и правовой культуры через включение в общественно-гражданскую деятельность Развитие чувства патриотизма, готовности служить Отечеству</p> <p>Развитие социально значимых качеств личности и самостоятельного опыта общественной деятельности</p>	
<p>Социальные ценности:</p> <p>Воспитание здорового образа жизни и экологической культуры</p>	<p>Открытые:</p> <p>Участие в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях, сдача норм ГТО; участие в экологических акциях и субботниках.</p> <p>Участие в мероприятиях экологической и спортивной направленности, проведение волонтерских акций</p> <p>Участие во Всероссийской акции, приуроченной к Всемирному дню психического здоровья, семинар «Профилактика домашнего насилия», посвященный Международному дню борьбы за ликвидацию насилия в отношении женщин</p> <p>Участие в Круглых столах, посвященных вопросам сохранения здоровья и здоровьесберегающим технологиям</p> <p>Скрытые: Формирование культуры ведения здорового и безопасного образа жизни, развитие способности к сохранению и укреплению здоровья</p> <p>Развитие экологического сознания и устойчивого экологического поведения</p>	<p>Наличие у обучающегося экологической культуры и культуры здоровья, безопасного поведения, стремления к здоровому образу жизни и занятиям спортом, качеств психологически здоровой, физически развитой и социально-адаптированной личности.</p>

6. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

6.1.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основании письменного заявления дисциплина реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей). Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных

технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины.

6.1.2. Обеспечение соблюдения общих требований.

При реализации дисциплины **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для обучающихся-инвалидов и лиц с ОВЗ в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей обучающимся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

6.1.3. Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.

Все локальные нормативные акты ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России по вопросам реализации дисциплины (модуля) доводятся до сведения обучающихся с ОВЗ в доступной для них форме.

6.1.4. Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья.

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине **Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья** для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на зачете увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

**Контрольные вопросы к зачету по дисциплине
Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья**

	Код	Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи
С	37.04.01	Психология
Д	Дисциплина	Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья
К	УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
И		ДАЙТЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ
Т		<ol style="list-style-type: none"> 1. Психологические факторы здоровья 2. Современное понимание проблематики здоровья 3. Сущность понятия «здоровье» в рамках современной психологии 4. Понятие профессионального здоровья 5. Здоровье человека как предмет исследования 6. Субъективная сторона заболевания или внутренняя картина болезни 7. Цели и задачи психологии здоровья 8. Основные направления исследования проблемы профессионального здоровья 9. Понятие работоспособности, факторы, влияющие на работоспособность 10. Сущность концепции психологического обеспечения профессионального здоровья Г.С. Никифорова, ее основные задачи 11. Основные причины нарушений профессионального здоровья 12. Основные меры профилактики нарушений здоровья и профессиональной реабилитации в профессиональной сфере 13. Роль психолога в обеспечении здоровья человека 14. Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) в профессии 15. Основные факторы риска выгорания для представителей профессий социального ряда 16. Основные способы профилактики и преодоления СЭВ 17. Понятие стрессоустойчивости и копинга. Основные теории стресса и классификации копинг стратегий 18. «Эмоциональный диссонанс» как фактор нарушения здоровья 19. Основные направления исследований в психологии профессионального здоровья 20. Теоретические направления в психологии здоровья 21. Стресс-менеджмент и его роль в обеспечении профессионального здоровья 22. Валеология и понятие ЗОЖ 23. Характеристика факторов, влияющих на здоровье 24. Характеристика компонентов отношения к здоровью 25. Основные научные подходы к изучению проблемы здоровья 26. Характеристики психологически здоровой личности 27. Понятие «здоровье» в рамках психологии труда 28. История психологии профессионального здоровья 29. Психологические факторы здоровья 30. Концепции профессионального здоровья

«Отлично» - более 80% правильных ответов

«Хорошо» - 70-79% правильных ответов

«Удовлетворительно» - 55-69% правильных ответов

«Неудовлетворительно» - менее 55% правильных ответов

Примеры ситуационных задач по дисциплине

Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья

Вид	Код	Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи
С	37.04.01	Психология
Д	Дисциплина	Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья
К	УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
И		ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ
У		По данным российской статистики, по нозологии на первом месте среди диагнозов, поставленных студентам, находятся: «переутомление» (30 %). На втором месте по частоте поставленных диагнозов - вегетососудистая дистония (12,7 %). На третьем месте - заболевания желудочно-кишечного тракта (13 %) и сколиоз (11,2 %).
В	1	1.Какие классификации здоровьесберегающих технологий вы знаете?
В	2	2.Перечислите виды здоровьесберегающих технологий для студентов
В	3	3.Назовите психологические особенности студенческого возраста, затрудняющие формирование ответственного отношения к здоровью
О	Итоговая оценка	<p>5 (отлично) – Ответ на вопрос задачи дан правильно. Объяснение хода ее решения подробное, последовательное, грамотное, с теоретическими обоснованиями (в т.ч. из лекционного курса), с правильным и свободным владением терминологией; ответы на дополнительные (уточняющие) вопросы верные, четкие.</p> <p>4 (хорошо) – ответ на вопрос задачи дан правильно. Объяснение хода ее решения подробное, но недостаточно логичное, с единичными ошибками в деталях, некоторыми затруднениями в теоретическом обосновании (в т.ч. из лекционного материала), ответы на дополнительные вопросы верные, но недостаточно четкие.</p> <p>3 (удовлетворительно) – ответ на вопрос задачи дан правильно. Объяснение хода ее решения недостаточно полное, непоследовательное, с ошибками, слабым теоретическим обоснованием (в т.ч. лекционным материалом), со значительными затруднениями и ошибками. Ответы на дополнительные вопросы недостаточно четкие, с ошибками в деталях</p> <p>2 (неудовлетворительно) – Ответ на вопрос дан неправильно. Объяснение хода ее решения дано неполное, непоследовательное, с грубыми ошибками, без теоретического обоснования, с большим количеством ошибок, ответы на дополнительные вопросы неправильные (отсутствуют).</p>

**Тестовый контроль по дисциплине
Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья**

	Код	Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи
С	37.04.01	Психология
Д	Дисциплина	Б1. В. ДЭ.01.01 Психология здоровья
К	УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
И		ДАЙТЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЯ
		ТЕСТЫ 1 И 2 УРОВНЯ (ОДИН ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ)
Т		<p>1. Одним из первых в отечественной психологии тему психического здоровья формулировал:</p> <p>а) +Бехтерев В.М. б) Выготский Л.С. в) Ананьев Б.Г. г) Теплов Б. Г.</p> <p>2. К какому времени можно отнести «подъём» интереса в отечественной науке к психологии здоровья?</p> <p>а) 50е года XX века б) 60е года XX века в) +80е года XX века г) 70е года XX века</p> <p>3. Здоровье — это...</p> <p>а) сложный и многогранный процесс, который может выступать в одно и то же время и как процесс взаимодействия индивидов, и как информационный процесс, и как отношение людей друг к другу, и как процесс взаимовлияния друг на друга, и как процесс сопереживания и взаимного понимания друг друга б) +Нормальная функция организма на всех уровнях его организации. в) процесс моделирования систематических отношений окружающего мира на основе безусловных положений г) стремление к познанию и оценке других людей, а через них и с их помощью — к самопознанию и самооценке</p> <p>4. Что из перечисленного является моделями здоровья?</p> <p>а) +Медицинская модель б) Стохастическая модель в) +Биосоциальная модель г) Кибернетическая модель</p> <p>5. Чем, в целом, обусловлено физическое здоровье?</p> <p>а) +Способностью организма к саморегуляции б) Чертами личности человека в) Тем, что организм является системой г) Вредными привычками человека</p> <p>6. К факторам физического здоровья относятся следующие факторы:</p> <p>а) +уровень физического развития б) +собственный тип темперамента в) личностные черты человека г) уровень и способность к мобилизации</p>

адаптационных резервов организма, обеспечивающие его приспособление к воздействию

различных факторов среды обитания.

7. Физическое развитие — это...

а) Нормальная функция организма на всех уровнях его организации.

б) процесс моделирования систематических отношений окружающего мира на основе безусловных положений

в) +это биологический процесс становления и изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма человека в течение его жизни

г) сложный и многогранный процесс, который может выступать в одно и то же время и как процесс взаимодействия индивидов, и как информационный процесс, и как отношение людей друг к другу, и как процесс взаимовлияния друг на друга, и как процесс сопереживания и взаимного понимания друг друга

8. Кто из этих учёных занимался проблемами классификации критериев психического и социального здоровья?

а) Дж. Сальзера

б) +А. Эллис

в) Р. Бергласа

г) Ф. Розенблатт

9. Гомеостаз в дословном переводе это...

а) Терпимость

б) +Самоорганизация

в) Обуславливание

г) Нетерпимость

10. Что такое функциональные резервы?

а) это биологический процесс становления и изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма человека в течение его жизни

б) Нормальная функция организма на всех уровнях его организации

в) процесс моделирования систематических отношений окружающего мира на основе безусловных положений

г) +возможности изменения функциональной активности структурных элементов организма, возможности взаимодействия их, используемые организмом для достижения результата деятельности человека, для адаптации к физическим, психоэмоциональным нагрузкам воздействию на организм различных факторов внешней среды.

11. Выберите то определение, которое отражает понятие биохимические резервы организма

а) возможности изменения функциональной активности структурных элементов

организма, возможности взаимодействия их, используемые организмом для достижения

результата деятельности человека, для адаптации к физическим, психоэмоциональным

нагрузкам воздействию на организм различных факторов внешней среды

б) процесс моделирования систематических отношений окружающего мира на основе

безусловных положений

в) это биологический процесс становления и изменения естественных морфологических

и функциональных свойств организма человека в течение его жизни

г) +это возможности увеличения скорости протекания и объема биохимических процессов,

связанных с экономичностью и интенсивностью энергетического и пластического обмена и их регуляцией

12. Что понимают под физиологическими резервами?

а) это возможности увеличения скорости протекания и объема биохимических процессов, связанных с экономичностью и интенсивностью энергетического и пластического обмена и их регуляцией

б) это биологический процесс становления и изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма человека в течение его жизни

в) + возможности органов и систем органов изменять свою функциональную активность и взаимодействовать между собой с целью достижения оптимального функционирования организма в конкретных условиях

г) возможности изменения функциональной активности структурных элементов организма, возможности взаимодействия их, используемые организмом для достижения результата деятельности человека, для адаптации к физическим, психоэмоциональным нагрузкам воздействию на организм различных факторов внешней среды

13. Кто из этих отечественных учёных впервые заговорил о количественной оценки физического здоровья?

а) Знаков В. В.

б) Ананьев Б.Г.

в) +Амосов Н. М.

г) Теплов Б. Г.

14. Что не относится к составляющим психологической устойчивости личности?

а) способность к личностному росту со своевременным и адекватным разрешением внутриличностных конфликтов (ценностных, мотивационных, ролевых)

б) +следование правилам приличия

в) развитая волевая регуляция

г) относительная (не абсолютную) стабильность эмоционального тона и благоприятного настроения

15. Уравновешенность – это...

а) +способность удерживать уровень напряжения, не выходя за границы приемлемого (не доводя до разрушительного стресса)

б) возможности увеличения скорости протекания и объема биохимических процессов, связанных с экономичностью и интенсивностью энергетического и пластического обмена и их регуляцией

в) возможности органов и систем органов изменять свою функциональную активность и взаимодействовать между собой с целью достижения оптимального функционирования организма в конкретных условиях

г) возможности изменения функциональной активности структурных элементов организма, возможности взаимодействия их, используемые организмом для достижения результата деятельности человека, для адаптации к физическим, психоэмоциональным нагрузкам воздействию на организм различных факторов внешней среды

16. В популяционном плане «социальность» болезни не заключается:

а) в уровне распространенности конкретной болезни («нозоса») в популяции или каких-либо ее частях

б) во влиянии частоты контактов между составляющими популяцию особями на распространение в популяции контагиозных (инфекционных)

заболеваний

в) +в возможности изменения функциональной активности структурных элементов организма, возможности взаимодействия их, используемые организмом для достижения результата деятельности человека, для адаптации к физическим, психоэмоциональным нагрузкам воздействию на организм различных факторов внешней среды

г) в воздействии характеристик природного ареала (территории, занимаемой популяцией) на подверженность популяции тем или иным заболеваниям

17. Первая в России кафедра социальной гигиены была основана в петербургском Психоневрологическом институте в году:

а) +1913

б) 1930

в) 1911

г) 1933

18. Какой из критериев деления на группы не используется в социологии при анализе здоровья группы:

а) Образовательный статус

б) +Личностные черты

в) Материальное благосостояние

г) Принадлежность к определённому полу

19. Что такое образ жизни?

а) +это одна из важнейших биосоциальных категорий, интегрирующих представления об определенном виде (типе) жизнедеятельности человека

б) это биологический процесс становления и изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма человека в течение его жизни

в) возможности увеличения скорости протекания и объема биохимических процессов, связанных с экономичностью и интенсивностью энергетического и пластического обмена и их регуляцией

г) способность удерживать уровень напряжения, не выходя за границы приемлемого (не доводя до разрушительного стресса)

20. Что такое здоровый образ жизни?

а) это одна из важнейших биосоциальных категорий, интегрирующих представления об определенном виде (типе) жизнедеятельности человека

б) это биологический процесс становления и изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма человека в течение его жизни

в) возможности увеличения скорости протекания и объема биохимических процессов, связанных с экономичностью и интенсивностью энергетического и пластического обмена и их регуляцией

г) +концентрированное выражение взаимосвязи образа жизни и здоровья человека

21. Конституция человека – это...

а) это одна из важнейших биосоциальных категорий, интегрирующих представления об определенном виде (типе) жизнедеятельности человека

б) +генетический потенциал организма, продукт наследственности и среды, реализующий наследственный потенциал

в) концентрированное выражение взаимосвязи образа жизни и здоровья человека

г) это отношения, складывающиеся между отдельными людьми.

22. «Психология отношений» как концепция определена в начале XX века:

а) П. Экманом и В. Фризенном

б) Е. Джонс

в) Д. Эфроном

г) +А. Ф. Лазурский и С. П. Франк

23. Какой из компонентов не входит в отношение к здоровью?

а) Когнитивный

б) Эмоциональный

в) Мотивационно-поведенческий

г) +Гуманистически-экзистенциальный

24. Выделите то, что не является психологической моделью аддитивного поведения.

а) Коммуникативная модель

б) +Стохастическая модель

в) Активирующая модель

г) Гедонистическая модель

25. Какой учёный определял психическую саморегуляцию как регуляцию различных процессов и действий организма, осуществляемую им самим с помощью своей психической активности (самовоздействия).

а) В. Фризен

б) Е. Джонс

в) А. Л. Журавлев

г) +А. С. Ромен

26. Метод прогрессирующей релаксации в 1922 г. Был предложен учёным:

а) В. Фризен

б) Е. Джонсом

в) +Д. Джейкобсоном

г) А. С. Роменом

27. Здоровье человека на 50% зависит от

1 наследственности;

2 образа жизни;

3 медицины;

4 внешней среды

28. «Валео» - в переводе с латинского означает

1+здоровье;

2 ценность;

3 наука;

4 человек

29. Какой % вашего здоровья зависит от генотипа?

1+50%;

2 30%

3 20%

4 10%

30. Выберите признак нездорового образа жизни

1 активная жизненная позиция;

2 +несбалансированное питание;

3 полноценный отдых;

4 регулярная двигательная активность

31. Что не является одним из видов здоровья?

1 соматическое;

2 психическое;

3 +эмоциональное;

4 нравственное

32. Каким фактором в большей степени определяется здоровье человека?

1 наследственностью;

2 условиями внешней среды;
3+образом жизни;
4 системой здравоохранения

33. Поведение и мышление человека, обеспечивающее ему здоровое долголетие, называется

1 рациональная жизнь;
2 +здоровый образ жизни;
3 эффективный образ жизни;
4 здоровье

34. Вид здоровья, характеризующий состояние органов и систем человека и наличие резервных возможностей называется

1 +физическое здоровье;
2 духовное здоровье;
3 нравственное здоровье;
4 социальное здоровье

35. Типом телосложения, генотипом, уровнем обмена веществ, функциональным состоянием организма характеризуется

1 моральное здоровье человека;
2 +физическое здоровье человека;
3 психическое здоровье человека;
4 социальное здоровье человека

36.Целью здоровьесберегающей деятельности является:

1 стремление к укреплению здоровья обучающихся, развитию физических качеств
2 укрепление психофизического здоровья обучающихся, развитие потребности в самосовершенствовании
3+ сохранение и укрепление здоровья обучающихся, развитие потребности в здоровом образе жизни
4 пропаганда ЗОЖ

37. Здоровьесберегающая среда- это:

1 среда, содействующая улучшению физического и функционального состояния человека
2 среда, способствующая нормализации психоэмоционального состояния человека
3+ среда, содействующая физическому, духовному и социальному благополучию человека
4 среда, улучшающая качество жизни

38. К внешнему элементу здоровьесберегающей среды относят:

1 мнение окружающих
2+ источники знаний по здоровьесбережению
3 возможность укрепления здоровья
4 доступность современной тренажерной техники

39.Основными компонентами здоровьесберегающей технологии являются:

1 +аксиологический
2 +профилактический
3 восстановительный
4 эмоционально-волевой

40.Рефлексивная функция здоровьесберегающей технологии заключается

1 + в переосмыслении предшествующего личного опыта
2 в объединение различных научных систем образования
3 в трансляции опыта ведения здорового образа жизни
4 в пропаганде ЗОЖ

41. Эффектом внедрения здоровьесберегающего обучения студентов

	<p>является:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 улучшение качества инфраструктуры 2 снижение уровня заболеваемости 3 стабилизация показателей психоэмоционального состояния 4+ повышение качества жизни <p>42. Здоровьесберегающие образовательные технологии-это:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на выявление личностных качеств, способствующих формированию представлений о физиологии человека, мотивацию к отказу от вредных привычек 2 +психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни 3 психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, его сохранению и укреплению, формирование представления о составных частях ЗОЖ <p>43. Какая из перечисленных технологий не относится к здоровьесберегающим?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 технология валеологического просвещения родителей 2 медико-профилактическая технология 3+технология развития критического мышления 4 технология ЗОЖ <p>44. Как называется форма здоровьесберегающей технологии, обеспечивающая тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 динамическая гимнастика 2 технологии воздействия цветом 3 +закаливание 4 адаптация <p>45. По определению ВОЗ качество жизни - это:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 восприятие индивидами их положения в жизни в контексте системы ценностей, зависящих от состояния здоровья; 2 восприятие индивидами их положения в обществе в контексте культуры и системе ценностей, зависящих от образа жизни, материального достатка, состояния здоровья; 3 +восприятие индивидуумом его положения в жизни в контексте культуры и системы ценностей, в которых индивидуум живет, и в связи с целями, ожиданиями, стандартами и интересами этого индивидуума.
--	---

Шкала оценивания

«Отлично» - более 80% правильных ответов на тестовые задания каждого уровня

«Хорошо» - 70-79% правильных ответов на тестовые задания каждого уровня

«Удовлетворительно» - 55-69% правильных ответов на тестовые задания каждого уровня

«Неудовлетворительно» - менее 55% правильных ответов на тестовые задания каждого уровня