Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шуматов Валентин Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 05.11.2025 11:20:18
Уникальный программный ключ:
1cef78fd73d75dc6ecf72fe1eb94fee387a2985d2657b784eec019bf8a794cb4

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

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий кафедрой
общепсихологических дисциплин
_____ /Кадыров Р.В.
«11» апреля 2025 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ Б1.В. ДВ.01.01 СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ЗОЖ

(наименование дисциплины (модуля)

Специальность	32.05.01 Медико-профилактическое дело (код, наименование)
Уровень подготовки	специалитет
Направленность подготовки	02 Здравоохранение (в сфере обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения, защиты прав потребителей, профилактической медицины)
Форма обучения	очная
Срок освоения ООП	6 лет (нормативный срок обучения)
Кафедра	общепсихологических дисциплин

Владивосток, 2025

При разработке методических рекомендаций для преподавателей и обучающихся по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ в основу положены:

1) ФГОС ВО по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело: Приказ № 552 утвержденный Министерством высшего образования и «15» июня 2017г.
науки Российской Федерации.

2) Учебный план по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело, направленность подготовки: 02 Здравоохранение (в сфере обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения, защиты прав потребителей, профилактической медицины) утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России «31» марта 2025г., Протокол № 8/24-25.

Методические рекомендации для преподавателей и обучающихся по дисциплине разработаны авторским коллективом кафедры общепсихологических дисциплин ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, под руководством заведующего кафедрой общепсихологических дисциплин доцента кандидата психологических наук Кадырова Р.В.

Разработчики:

доцент	Канд.социол.наук	Горшкова О.В.
(занимаемая должность)	(ученая степень, ученое звание)	(Ф.И.О.)

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Методические рекомендации по изучению дисциплины Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ представляют собой комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины.

Для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ необходимо регулярно разбирать материалы лекций, отвечать на вопросы для самоконтроля. Во время самостоятельной проработки лекционного материала особое внимание следует уделять возникающим вопросам, непонятным терминам, спорным точкам зрения. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией. Лекционный материал организует мыслительную деятельность обучающихся, а практические занятия обеспечивают глубину усвоения материала дисциплины.

При подготовке к практическому занятию особое внимание необходимо обращать на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Для организации самостоятельного изучения тем дисциплины Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ используются материалы фондов оценочных средств.

Самостоятельная работа студентов обеспечивается следующими условиями:

1. наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала;

2. создание системы регулярного контроля качества выполненной самостоятельной работы;

3. консультационная помощь преподавателя.

Методический материал для самостоятельной подготовки представляется в виде литературных источников, иллюстративных материалов. В список учебно-методических материалов для самостоятельной работы обучающихся входит перечень библиотечных ресурсов учебного заведения и других материалов, к которым обучающийся имеет возможность доступа.

Самостоятельная работа – вид контактной внеаудиторной работы преподавателей и обучающихся по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ. Контроль самостоятельной работы осуществляется ведущим преподавателем. Оценка самостоятельной работы учитывается при проведении промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ.

Текущий контроль по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ предназначен для проверки индикаторов достижения компетенций, стимулирования учебной работы обучающихся и совершенствования методики освоения новых знаний. Текущий контроль по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ проводится в течение семестра по всем видам и разделам учебной дисциплины, охватывающим компетенции, формируемые дисциплиной: опросы, тесты, миникейсы. Текущий контроль знаний студентов, их подготовки к практическим занятиям осуществляется на каждом занятии.

Промежуточная аттестация предназначена для определения уровня освоения индикаторов достижения компетенций. Проводится в форме зачета после освоения обучающимся всех разделов дисциплины Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ и учитывает результаты обучения по дисциплине по всем видам работы студента на протяжении всего периода обучения по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ.

Время, отведенное для промежуточной аттестации, указано в графике учебного процесса.

Задания для практических работ, а также задания для подготовки к текущему и промежуточному контролю приведены в фонде оценочных средств по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Перед консультацией, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ЛЕКЦИОННЫМ ЗАНЯТИЯМ

Таблица 1. Методические указания к лекционным занятиям по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ

Таблица 1. Методические указания к лекционным занятиям по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ

Тема №1 Теоретические аспекты социально-психологических знаний о культуре ЗОЖ	
Продолжительность лекционного занятия (в академических часах):	4
Цель лекционного занятия: 1. рассказать обучающимся о теоретических аспектах изучения культуры ЗОЖ 2. дать определение понятия «ЗОЖ» (как способа жизнедеятельности), «здоровье», «болезнь» 3. рассмотреть предпосылки возникновения исследований отношения к здоровью и ЗОЖ 4. изучить методы исследования ЗОЖ	
План лекции, последовательность ее изложения: Теоретические аспекты изучения культуры ЗОЖ. Предпосылки возникновения исследований отношения к здоровью и ЗОЖ. Основные понятия «ЗОЖ» (как способа жизнедеятельности), «здоровье», «болезнь». Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Медико-статистические показатели состояния здоровья населения и причины его низкого уровня. Методы исследования ЗОЖ. Психологические особенности отношения к ЗОЖ.	
Рекомендованная литература: 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум для вузов (Электронный ресурс) М.Н. МисюкМосква : Издательство Юрайт, 2021. — 332 с. — (Высш 2.Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний: учеб. пособие (Электронный ресурс). под ред. Н. Д. Ющука, И. В. Маева, К. Г. Гуревич 3.Психология здоровья: учебник для академического бакалавриата (Электронный ресурс)В.	
Тема №2 Факторы здоровья и социально-психологические аспекты здорового образа жизни	
Продолжительность лекций (в академических часах):	6

Цель лекции:
1. рассказать обучающимся о социально-психологических факторах здорового образа жизни;
2. дать определение здорового образа жизни;
3. рассмотреть психическое здоровье как фактор здоровья человека

План лекции, последовательность ее изложения:
Социально-психологические факторы здорового образа жизни.
Здоровый образ жизни.
Организация режима труда и профилактика болезней.
Организация сна, смена видов деятельности, чередование труда и отдыха.
Психологические аспекты отношения к питанию как фактору здоровья.
Психическое здоровье как фактор здоровья человека.
Психология формирования вредных привычек, опасных для здоровья

Рекомендованная литература:
1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум для вузов (Электронный ресурс) М.Н. МисюкМосква : Издательство Юрайт, 2021. — 332 с. — (Высш
2.Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний: учеб. пособие (Электронный ресурс). под ред. Н. Д. Ющука, И. В. Маева, К. Г. Гуревич

3.Психология здоровья: учебник для академического бакалавриата (Электронный ресурс)В.

Тема № 3 Роль и деятельность врача в формировании культуры ЗОЖ

Продолжительность лекций (в академических часах):	6

Цель лекции:
1. рассказать обучающимся о здоровом образе жизни как психолого-педагогическом явлении
2. дать знания о условиях формирования ЗОЖ в деятельности медицинского работника
3. рассмотреть основы формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни

План лекции, последовательность ее изложения:
Здоровый образ жизни как психолого-педагогическое явление.
Условия формирования ЗОЖ в деятельности медицинского работника.
Комплексная реабилитация населения
Обоснование психологической потребности в ЗОЖ.
Профилактика переутомления медицинского работника.
Основы формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.

Рекомендованная литература:
1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум для вузов (Электронный ресурс) М.Н. МисюкМосква : Издательство Юрайт, 2021. — 332 с. — (Высш
2.Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний: учеб. пособие (Электронный ресурс). под ред. Н. Д. Ющука, И. В. Маева, К. Г. Гуревич

3.Психология здоровья: учебник для академического бакалавриата (Электронный ресурс)В.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Таблица 2. Методические указания к практическим занятиям по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ

Тема 1 Теоретические аспекты социально-психологических знаний о культуре ЗОЖ	
Продолжительность практического занятия (в академических часах):	8
Цель практического занятия: 1. закрепить полученные знания о социально-психологических факторах здорового образа жизни; 2. дать определение здорового образа жизни; 3. рассказать обучающимся о теоретических аспектах изучения культуры ЗОЖ 4. дать определение понятия «ЗОЖ» (как способа жизнедеятельности), «здоровье», «болезнь» 5. рассмотреть предпосылки возникновения исследований отношения к здоровью и ЗОЖ 6. изучить методы исследования ЗОЖ	
Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные мультимедийным оборудованием, учебная доска, наличие лабораторного оборудования, наличие методических разработок по дисциплине.	
Самостоятельная работа обучающегося: подготовка к занятиям подготовка к тестированию	
Методы контроля полученных знаний и навыков: вопросы к зачету, доклад, тесты, кейсы, презентация	
Рекомендованная литература: 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум для вузов (Электронный ресурс) М.Н. МисюкМосква : Издательство Юрайт, 2021. — 332 с. — (Высш 2.Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний: учеб. пособие (Электронный ресурс). под ред. Н. Д. Ющука, И. В. Маева, К. Г. Гуревич 3.Психология здоровья: учебник для академического бакалавриата (Электронный ресурс)В.	
Тема №2 Факторы здоровья и социально-психологические аспекты здорового образа жизни	
Продолжительность практического занятия (в академических часах):	12
Цель практического занятия: 1. закрепить полученные знания о социально-психологических факторах здорового образа жизни. 2.дать представление о здоровом образе жизни. 3. сформировать навыки организации режима труда и профилактики болезней. 4. изучить психическое здоровье как составляющую здоровья человека. 5. обсудить в ходе дискуссии психологию формирования вредных привычек, опасных для здоровья	

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные мультимедийным оборудованием, учебная доска, наличие лабораторного оборудования, наличие методических разработок по дисциплине.	
Самостоятельная работа обучающегося: подготовка к занятиям подготовка к тестированию	
Методы контроля полученных знаний и навыков: вопросы к зачету, доклад, тесты, кейсы, презентация	
Рекомендованная литература: 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум для вузов (Электронный ресурс) М.Н. Мисюк Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 332 с. — (Высш 2.Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний: учеб. пособие (Электронный ресурс). под ред. Н. Д. Ющука, И. В. Маева, К. Г. Гуревич 3.Психология здоровья: учебник для академического бакалавриата (Электронный ресурс)В.	
Тема №3 Роль и деятельность врача в формировании культуры ЗОЖ	
Продолжительность практического занятия (в академических часах):	12
Цель практического занятия: 1. закрепить полученные знания о здоровом образе жизни 2. в ходе дискуссии обсудить условия формирования ЗОЖ в деятельности медицинского работника. 3. изучить обоснование психологической потребности в ЗОЖ. 4. дать представление о профилактике переутомления медицинского работника. 5. освоить предпосылки формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.	
Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные мультимедийным оборудованием, учебная доска, наличие лабораторного оборудования, наличие методических разработок по дисциплине.	
Самостоятельная работа обучающегося: подготовка к занятиям подготовка к тестированию	
Методы контроля полученных знаний и навыков: вопросы к зачету, доклад, тесты, кейсы, презентация	
Рекомендованная литература: 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум для вузов (Электронный ресурс) М.Н. Мисюк Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 332 с. — (Высш 2.Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний: учеб. пособие (Электронный ресурс). под ред. Н. Д. Ющука, И. В. Маева, К. Г. Гуревич 3.Психология здоровья: учебник для академического бакалавриата (Электронный ресурс)В.	

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ТЕКУЩЕГО И ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ

Таблица 3. Методические указания к проведению текущего и промежуточного контроля по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ

Вид аттестации	Форма аттестации
Текущая аттестация	- вопросы к зачету, -миникейсы - тесты
Промежуточная аттестация	проводится в форме устного зачета, на котором оценивается степень сформированности у обучающихся компетенций, в зависимости от типов задач профессиональной деятельности.

5 ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

5.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины

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.

5.2. Обеспечение соблюдения общих требований

При реализации дисциплины 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.

5.3. 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.

5.4. 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 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.

6. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Состав научно-педагогических работников, обеспечивающих осуществление образовательного процесса по дисциплине Б1.В. ДВ.01.01 Социально-психологическая культура ЗОЖ соответствует требованиям ФГОС ВО по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело направленности подготовки 02 Здравоохранение (в сфере обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения, защиты прав потребителей, профилактической медицины) и размещен на сайте образовательной организации.

