

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. В.П. АСТАФЬЕВА

Институт психолого-педагогического образования

Кафедра психологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**ДВ ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ**

Направление подготовки:

*44.03.02 Психолого-педагогическое образование*

направленность (профиль) образовательной программы

*Практическая психология в образовании*

Квалификация (степень) выпускника

*Бакалавр*

Красноярск 2021

Рабочая программа дисциплины составлена: доцентом кафедры психологии О.В. Баркановой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психологии протокол № 5 от «03» мая 2017 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено учебно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование протокол № 4 от «17» мая 2017 г.

Председатель НМСН(С) ИППО



О.В. Груздева

Рабочая программа дисциплины составлена: доцентом кафедры психологии О.В. Баркановой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психологии протокол № 4 от «08» мая 2018 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено учебно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование протокол № 5 от «11» июня 2018 г.

Председатель НМСН(С) ИППО



М.А. Кухар

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психологии  
протокол № 4 от «08» мая 2019 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02  
Психолого-педагогическое образование протокол № 5 от «15» мая 2019 г.

Председатель

НМСН(С)

ИППО



Т.Г. Авдеева

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психологии протокол № 4 от «11» мая 2020 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование протокол № 5 от «20» мая 2020 г.

Председатель НМСН(С) ИППО



Т.А. Шкерина

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психологии  
протокол № 5 от «12» мая 2021 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02  
Психолого-педагогическое образование протокол № 5 от «21» мая 2021 г.

Председатель НМСН(С) ИППО



Т.А. Шкерина

# **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

## **1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Рабочая программа дисциплины «Психология здоровья» разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2015 г. N 1457 (в ред. Приказа Минобрнауки РФ от 20.04.2016 N 444); Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; профессиональным стандартом Педагог-психолог (психолог в сфере образования), утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.07.2015 N 514н; нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в КГПУ им. В.П. Астафьева по направленности (профилю) образовательной программы Практическая психология в образовании, очной формы обучения в Институте психолого-педагогического образования КГПУ им. В.П. Астафьева с присвоением квалификации бакалавр.

Дисциплина Б1.В.04.01 ДВ «Психология здоровья» относится к вариативной части учебного плана.

### **1.2. Общая трудоемкость дисциплины - в З.Е., часах**

Общая трудоемкость дисциплины включает в себя 108 часов (3 З.Е.), при этом 32 часа различные формы аудиторной работы с обучающимися и 76 часов самостоятельной работы обучающихся.

Дисциплина, согласно графику учебного процесса, реализуется на 4 курсе в 8 семестре. Форма контроля – зачет.

### **1.3. Цель и задачи дисциплины «Психология здоровья»**

**Цель освоения дисциплины:** формирование у обучающихся общепрофессиональных компетенций в области психологии здоровья.

#### **Задачи:**

1. Сформировать представления о подходах к пониманию и исследованию здоровья в психологии.

2. Сформировать представления о мерах профилактики нарушений и укрепления физического, психического и психологического здоровья человека.

### **1.4. Основные разделы содержания**

Раздел 1. Понятие о здоровье и валеологии

Раздел 2. Виды (уровни) здоровья.

Раздел 3. Методы и методики диагностики здоровья.

Раздел 4. Здоровьесбережение и профилактика.

### **1.5. Планируемые результаты обучения**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОПК – 12 - способностью использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства;

ПК – 29 - способностью формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности.

| Задачи освоения дисциплины   | Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)  | Код результата обучения (компетенция) |
|--|--|---------------------------------------|
| Сформировать представления о подходах к пониманию исследованию здоровья психологии.  | <p><b>Знать:</b> основные подходы к пониманию и исследованию здоровья в психологии.</p> <p><b>Уметь:</b> использовать теоретические и методологические основы психологии здоровья в образовательном учреждении при исследовании здоровья участников образовательных отношений.</p> <p><b>Владеть:</b> умениями организации исследования и анализа проблем здоровья участников образовательных отношений.</p>                       | ОПК-12<br>ПК-29                       |
| Сформировать представления о мерах профилактики нарушений укрепления физического, психического и психологического здоровья человека. | <p><b>Знать:</b> способы и методы профилактики нарушений и укрепления физического, психического и психологического здоровья человека.</p> <p><b>Уметь:</b> применять на практике основные способы и методы профилактики нарушений и укрепления физического, психического и психологического здоровья человека.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками оказания индивиду, группе, организации психологической помощи в сфере здоровья.</p> | ОПК – 12<br>ПК - 29                   |



## **1.6. Контроль результатов освоения дисциплины**

В ходе изучения дисциплины используются такие методы текущего контроля успеваемости как составление конспекта, разработка и защита мультимедийных презентаций, решение задач, перечень методик, анализ здоровьесберегающей программы, тестирование. Форма промежуточного контроля – зачет.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации».

Освоение дисциплины заканчивается зачетом.

### **1.7. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины:**

1. Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская система).
2. Педагогические технологии на основе гуманно-личностной ориентации педагогического процесса:
  - а) педагогика сотрудничества;
  - б) гуманно-личностная технология
3. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся:
  - а) игровые технологии;
  - б) проблемное обучение;
  - в) технология проектного обучения (метод жизненных заданий);
  - г) интерактивные технологии (дискуссия, дебаты, проблемный семинар, тренинговые технологии)
4. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса:
  - а) технологии индивидуализации обучения;
  - б) коллективный способ обучения.

## 2. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ОБУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЕ

### 2.1. Технологическая карта обучения дисциплине ДВ «Психология здоровья»

для обучающихся основной профессиональной образовательной программы

направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,

направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в образовании

**по очной форме обучения**

| Наименование разделов и тем дисциплины           | Всего часов | Контактная работа (по учебным занятиям), часы |           |                      |                      | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля |
|--|-------------|---|-----------|----------------------|----------------------|------------------------|-------------------------|
|  |             | Всего   | Лекции    | Практические занятия | Лабораторные занятия |                        |                         |
| Раздел 1. Понятие о здоровье и валеологии        | 29          | 10  | 4         | 6                    | 0                    | 19                     | Аудиторная работа       |
| Раздел 2. Виды (уровни) здоровья                 | 27          | 8   | 4         | 4                    | 0                    | 19                     | Аудиторная работа       |
| Раздел 3. Методы и методики диагностики здоровья | 25          | 6   | 2         | 4                    | 0                    | 19                     | Аудиторная работа       |
| Раздел 4. Здоровьесбережение и профилактика      | 27          | 8   | 4         | 4                    | 0                    | 19                     | Аудиторная работа       |
| Форма контроля                                   | 0           | 0   | 0         | 0                    | 0                    | 0                      | <b>Зачет</b>            |
| <b>Всего (3 З.Е.), часы</b>                      | <b>108</b>  | <b>32</b>                                     | <b>14</b> | <b>18</b>            | <b>0</b>             | <b>76</b>              |                         |

## 2.2. Содержание основных разделов дисциплины

Дисциплина «ДВ «Психология здоровья» обеспечивает образовательные интересы личности бакалавра, обучающегося по данной ОПОП.

Дисциплина удовлетворяет требования заказчиков выпускников университета по данной ОПОП в их готовности к практической деятельности.

### *Раздел 1. Понятие о здоровье и валеологии*

История становления науки о здоровье. Ранние исследования здоровья в философии, медицине, психиатрии, педагогике. Определение понятия «здоровье» (Всемирная организация здравоохранения, исследования П.И. Калью, О.С. Васильевой, В.А. Ананьева, Г.С. Никифорова и др.). Факторы, влияющие на здоровье человека. Научные подходы к исследованию здоровья (исследования О.С. Васильевой и Ф.Р. Филатова). Модели понимания здоровья, сложившиеся в разные исторические периоды развития человеческого общества (по Н.Н. Малярчук). История становления валеологии. Цели, задачи валеологии. Предмет валеологии. Методы валеологии. Области применения валеологии. Определение понятия «образ жизни». Понятия «уровень жизни, качество жизни, стиль жизни». Факторы, определяющие образ жизни человека. Проблема здорового образа жизни в современной психологии. Базовые составляющие элементы здорового образа жизни. Биологические принципы здорового образа жизни. Социальные принципы здорового образа жизни. Принципы здорового образа жизни (по Н.М. Амосову).

### *Раздел 2. Виды (уровни) здоровья.*

Понятие физического здоровья. Характеристики и критерии оценки физического здоровья. Качество жизни, образ жизни, индивидуальные свойства, самочувствие, отсутствие заболеваний. Подходы к соотношению понятий психического и психологического здоровья (И.В. Дубровина, В.Э. Пахальян, В.И. Слободчиков и др.). Проблема отношения к здоровью в отечественной психологии. Понятия «отношение к здоровью» (Г.С. Никифоров, Р.А. Березовская, Л.В. Куликов и др.) и «внутренняя картина здоровья» (В.Е. Каган, В.А. Ананьев и др.) Факторы, влияющие на отношение человека к здоровью. Структура (компоненты) отношения к здоровью. Эмоциональный компонент отношения к здоровью. Когнитивный компонент отношения к здоровью. Мотивационно-поведенческий компонент отношения к здоровью. Понятие психического здоровья. Характеристики и критерии оценки психического здоровья. Критерии, выделяемые Всемирной организацией здравоохранения. Уровни психического здоровья личности (по Б.С. Братусю). Определение психологического здоровья в зарубежной психологии: гуманистическое и экзистенциальное направления (Г. Олпорт, А. Маслоу, К. Роджерс, А. Эллис, Э. Фромм и др.). Определение психологического здоровья в отечественной психологии: адаптационный подход (О.В. Хухлаева, Г.С. Никифоров и др.), теория баланса (Р. Ассаджоли, С. Фрайберг, Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, О.В. Хухлаева и др.), теория духовного здоровья (Г.И. Чижакова и др.). Обобщенная модель психологического здоровья В.И. Слободчикова (аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты).

### *Раздел 3. Методы и методики диагностики здоровья*

Методы и методики диагностики базового уровня (физического) здоровья. Опросники качества жизни. Диагностика здоровья по почерку. Опросники и анкеты образа жизни (ЗОЖ). Опросники отношения к здоровью. Опросники самочувствия, активности, настроения. Диагностика индивидуальных свойств (тесты для определения типа нервной системы, латеральности, моторики, координации). Методы и методики диагностики психического здоровья. Тесты общих и специальных способностей. Опросники акцентуаций и клинических типов личности. Опросники и анкеты отклоняющегося поведения. Опросники диагностики эмоционального неблагополучия. Проективные методы диагностики эмоциональных, личностных и поведенческих нарушений. Методы и методики диагностики психологического здоровья. Опросники социально-психологической адаптации, самооценки и самоотношения, эмоционального благополучия, локуса контроля, стратегий стресс-копинга.

#### *Раздел 4. Здоровьесбережение и профилактика*

Риски для здоровья участников образовательных отношений в образовательной среде. Профилактика неблагополучия в сфере физического, психического и психологического здоровья детей. Принципы и требования к составлению программ коррекции / сопровождения здоровья для детей разного возраста. Цели и задачи здоровьесберегающих программ и технологий для детей разного возраста. Проблема профессионального здоровья: профессиональные риски педагогов и психологов. Профилактика эмоционального выгорания педагогов и психологов: рекомендации и мероприятия.

## **2.3. Методические рекомендации по освоению дисциплины**

### **ДВ «Психология здоровья»**

для обучающихся основной профессиональной образовательной программы  
Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
направленность (профиль) образовательной программы  
Практическая психология в образовании

#### **Методические рекомендации по освоению дисциплины**

Основная задача университетов – подготовка специалистов к самостоятельной практической деятельности. В настоящее время к этому добавилось требование «профессиональной мобильности», т. е. способности изучать и осваивать новые области знаний. В связи с этим процесс обучения в вузах теперь все больше основывается на самостоятельности и творческой активности, как неременном условии успешного усвоения и овладения обширным и сложным программным материалом.

В связи с введением в образовательный процесс Федерального государственного образовательного стандарта все более актуальной становится задача организации самостоятельной работы обучающихся. Самостоятельная работа определяется как индивидуальная или коллективная учебная деятельность, осуществляемая без непосредственного руководства педагога, но по его заданиям и под его контролем.

Самостоятельная работа обучающихся является одной из основных форм внеаудиторной работы при реализации учебных планов и программ.

Самостоятельная работа – это познавательная учебная деятельность, когда последовательность мышления ученика, его умственных и практических операций и действий зависит и определяется самим обучающимся. Обучающийся в процессе обучения должен не только освоить учебную программу, но и приобрести навыки самостоятельной работы. Обучающемуся предоставляется возможность работать во время учебы более самостоятельно, чем обучающимся в средней школе. Обучающийся должен уметь планировать и выполнять свою работу.

Самостоятельная работа является одним из видов учебной деятельности обучающихся, способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать специальную литературу;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, ответственности и организованности;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

Самостоятельная работа обучающихся способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к

решению проблем учебного и профессионального уровня.

Этапы самостоятельной работы:

- осознание учебной задачи, которая решается с помощью данной самостоятельной работы;
- ознакомление с инструкцией о ее выполнении;
- осуществление процесса выполнения работы;
- самоанализ, самоконтроль;
- проверка работ обучающегося, выделение и разбор типичных преимуществ и ошибок.

Самостоятельная работа обучающихся является обязательным компонентом учебного процесса для каждого обучающегося и определяется учебным планом. При определении содержания самостоятельной работы обучающихся следует учитывать их уровень самостоятельности и требования к уровню самостоятельности выпускников для того, чтобы за период обучения искомый уровень был достигнут. Так, удельный вес самостоятельной работы на заочном отделении составляет до 50% от количества аудиторных часов, отведенных на изучение дисциплины, на заочном отделении количество часов, отведенных на освоение дисциплины, увеличивается до 90%.

Формы самостоятельной работы обучающихся определяются при разработке рабочих программ и учебных методических комплексов дисциплин содержанием учебной дисциплины. Согласно Положению об организации самостоятельной работы обучающихся на основании компетентностного подхода к реализации профессиональных образовательных программ, видами заданий для самостоятельной работы являются:

- *для овладения знаниями*: чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы), составление плана текста, графическое изображение структуры текста, конспектирование текста, выписки из текста, работа со словарями и справочниками, ознакомление с нормативными документами, учебно-исследовательская работа, использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.;

- *для закрепления и систематизации знаний*: работа с конспектом лекции, обработка текста, повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио и видеозаписей, составление плана, составление таблиц для систематизации учебного материала, ответ на контрольные вопросы, заполнение рабочей тетради, аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др.), завершение аудиторных практических работ и оформление отчетов по ним, подготовка мультимедиа сообщений/докладов к выступлению на семинаре (конференции), материалов-презентаций, подготовка реферата, составление библиографии, тематических кроссвордов, тестирование и др.;

- *для формирования умений*: решение задач и упражнений по образцу, решение вариативных задач, выполнение чертежей, схем, выполнение расчетов (графических работ), решение ситуационных (профессиональных) задач, подготовка к деловым играм, проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности, опытно экспериментальная работа, рефлексивный анализ профессиональных умений с использованием аудио- и видеотехники и др.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами обучающихся в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений обучающихся.

Контроль результатов самостоятельной работы обучающихся может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу обучающихся по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

***При изучении дисциплины ДВ «Психология здоровья» практикуются следующие виды и формы самостоятельной работы обучающихся:***

- выполнение практических работ;
- создание материала-презентации;
- создание перечня методик;
- анализ здоровьесберегающей программы;
- подготовка к тестированию;
- решение профессиональной задачи.

Самостоятельная работа тесно связана с контролем (контроль также рассматривается как завершающий этап выполнения самостоятельной работы), при выборе вида и формы самостоятельной работы следует учитывать форму контроля.

***Формы контроля при изучении дисциплины ДВ «Психология здоровья»:***

- проверка конспекта;
- презентация с докладом;
- перечень методик;
- анализ здоровьесберегающей программы;
- профессиональная задача;
- тестирование.

Самостоятельная работа проводится в виде подготовительных упражнений для усвоения нового, упражнений при изучении нового материала, упражнений в процессе закрепления и повторения, упражнений проверочных и контрольных работ, а также для самоконтроля.

Для организации самостоятельной работы необходимы следующие условия:

- готовность обучающихся к самостоятельному труду;
- наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала;
- консультационная помощь.

Самостоятельная работа может проходить в лекционной аудитории, учебной аудитории, компьютерном зале, библиотеке, дома. Самостоятельная работа тренирует волю, воспитывает работоспособность, внимание, дисциплину и т.д.

***Организация и руководство аудиторной самостоятельной работы***

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Основными видами аудиторной самостоятельной работы являются:

- выполнение практических работ по инструкциям; работа с литературой и другими источниками информации, в том числе электронными;
- само- и взаимопроверка выполненных заданий;
- решение проблемных и ситуационных задач.

Выполнение практических работ осуществляется на семинарских занятиях в соответствии с графиком учебного процесса. Для обеспечения самостоятельной работы преподавателями разрабатываются методические указания по выполнению практической работы.

Работа с литературой, другими источниками информации, в т.ч. электронными, может реализовываться на семинарских и практических занятиях. Данные источники информации могут быть представлены на бумажном и/или электронном носителях, в том числе, в сети Internet. Преподаватель формулирует цель работы с данным источником информации, определяет время на проработку документа и форму отчетности.

Само- и взаимопроверка выполненных заданий чаще используется на семинарском, практическом занятии и имеет своей целью приобретение таких навыков как наблюдение, анализ ответов сокурсников, сверка собственных результатов с эталонами.

Решение проблемных и ситуационных задач используется на лекционном, семинарском, практическом и других видах занятий. Проблемная/ситуационная задача должна иметь четкую формулировку, к ней должны быть поставлены вопросы, ответы на которые необходимо найти и обосновать. Критерии оценки правильности решения проблемной/ситуационной задачи должны быть известны всем обучающимся и обсуждаются перед началом ее проведения.

#### Организация и руководство внеаудиторной самостоятельной работы

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

При предъявлении видов заданий на внеаудиторную самостоятельную работу рекомендуется использовать дифференцированный подход к уровню подготовленности обучающегося. Перед выполнением внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит консультацию с определением цели задания, его содержания, сроков выполнения, ориентировочного объема работы, основных требований к результатам работы, критериев оценки, форм контроля и перечня литературы. В процессе консультации преподаватель предупреждает о возможных типичных ошибках, встречающихся при выполнении задания.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами обучающихся в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня подготовленности обучающихся.

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы могут быть:

– для овладения знаниями: чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы); составление плана текста; графическое изображение структуры текста; конспектирование текста; выписки из текста; работа со словарями и справочниками; учебно-исследовательская работа; использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернет- ресурсов и др.;

– для закрепления и систематизации знаний: работа с конспектом лекции (обработка текста); повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей); составление плана и тезисов ответа; составление таблиц, ребусов, кроссвордов, глоссария для систематизации учебного материала; изучение словарей, справочников; ответы на



контрольные вопросы; аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, контент- анализ и др.); подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции; подготовка рефератов, докладов; составление библиографии, заданий в тестовой форме и др.;

– для формирования умений: решение задач и упражнений по образцу; решение вариативных задач и упражнений; составление схем; решение ситуационных производственных (профессиональных) задач; подготовка к деловым и ролевым играм; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности; подготовка презентаций, творческих проектов; подготовка курсовых и выпускных работ; опытно- экспериментальная работа; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности и др.

Для обеспечения внеаудиторной самостоятельной работы по дисциплине преподавателем разрабатывается перечень заданий для самостоятельной работы, который необходим для эффективного управления данным видом учебной деятельности обучающихся.

Преподаватель осуществляет управление самостоятельной работой, регулирует ее объем на одно учебное занятие и осуществляет контроль выполнения всеми обучающимися группы. Для удобства преподаватель может вести ведомость учета выполнения самостоятельной работы, что позволяет отслеживать выполнение минимума заданий, необходимых для допуска к итоговой аттестации по дисциплине.

В процессе самостоятельной работы обучающийся приобретает навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Обучающийся самостоятельно определяет режим своей внеаудиторной работы и меру труда, затрачиваемого на овладение знаниями и умениями по каждой дисциплине, выполняет внеаудиторную работу по индивидуальному плану, в зависимости от собственной подготовки, бюджета времени и других условий.

Ежедневно обучающийся должен уделять выполнению внеаудиторной самостоятельной работы в среднем не менее 3 часов.

При выполнении внеаудиторной самостоятельной работы обучающийся имеет право обращаться к преподавателю за консультацией с целью уточнения задания, формы контроля выполненного задания.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся может проводиться в письменной, устной или смешанной форме с представлением продукта деятельности обучающегося. В качестве форм и методов контроля внеаудиторной самостоятельной работы могут быть использованы зачеты, тестирование, самоотчеты, контрольные работы, защита творческих работ и др.

#### Методические рекомендации по организации семинарских занятий

Семинар - вид учебных занятий, при котором в результате предварительной работы над программным материалом преподавателя и обучающихся, в обстановке их непосредственного и активного общения решаются задачи познавательного и воспитательного характера.

Цель такой формы обучения – углубленное изучение дисциплины, закрепление пройденного материала, овладение методологией научного познания. Немаловажным

преимуществом семинаров является и формирование навыков профессиональной дискуссии. Кроме того, на таких занятиях можно легко проследить, как усвоен материал, какие вопросы и возражения появились у аудитории.

В учебно-воспитательном процессе семинарские занятия выполняют многообразные задачи, в частности:

- стимулируют регулярное изучение программного материала, первоисточников научной литературы;
- закрепляют знания, полученные при прослушивании лекций и во время самостоятельной работы;
- обогащают знаниями благодаря выступлениям товарищей и преподавателя на занятии, корректируют ранее полученные знания;
- способствуют превращению знаний в твердые личные убеждения;
- прививают навыки устного выступления по теоретическим вопросам, приучают свободно оперировать понятиями и категориями;
- предоставляют возможность преподавателю систематически контролировать как самостоятельную работу обучающихся, так и свою работу.

На семинарских занятиях обучающиеся и преподаватель объединяются в один общий процесс его подготовки и проведения. Для обучающихся главная задача состоит в том, чтобы усвоить содержание учебного материала темы, которая выносится на обсуждение, подготовиться к выступлению и дискуссии. Преподаватель помимо собственной подготовки к семинару должен оказать действенную методическую помощь обучающимся.

Преподаватель составляет рабочий план проведения семинара, в котором отражены следующие вопросы: цель занятия, темы докладов (сообщений) и литература для их подготовки, перечень дополнительных проблемных вопросов, задачи и упражнения, перечень используемых технических средств обучения.

Начинается семинар со вступительного слова преподавателя (5-7 мин.), в котором озвучивается тема семинара, обращается внимание на узловые проблемы для обсуждения, указывается порядок проведения занятия.

Важнейшей частью семинарского занятия является обсуждение вопросов или доклад. В зависимости от формы занятия преподаватель, сформулировав первый вопрос, предлагает выступить желающим или сделать сообщение, заранее подготовленное обучающимися. Эффективность семинара во многом зависит от содержания выступлений, докладов, рефератов обучающихся. Поэтому преподавателю важно определить к ним требования, которые должны быть достаточно четкими и в то же время не настолько регламентированными, чтобы сковывать творческую мысль обучающихся.

Порядок ведения семинара может быть самым разнообразным, в зависимости от его формы и тех целей, которые перед ним ставятся. Но в любом случае необходимо создавать на нем атмосферу творческой дискуссии, живого, заинтересованного обмена мнениями. Однако дискуссия не самоцель. Она полезна, если способствует глубокому усвоению обсуждаемого вопроса. В ходе семинара важно, чтобы обучающиеся внимательно слушали и критически оценивали выступления товарищей. Руководителю семинара не следует сразу после выступления обучающегося делать ему замечания. Лучше предоставить эту возможность самим участникам семинарского

занятия.

Важным элементом семинарского занятия является заключительное слово преподавателя. Оно может быть как общим в конце семинара, так и частным - после обсуждения отдельного вопроса плана семинара. В заключительном слове в конце семинара преподаватель:

- 1) дает общую оценку занятия (уровень подготовленности обучаемых к семинару, активность участников, степень усвоения проблем);
- 2) осуществляет анализ и оценку выступлений, соблюдая при этом объективность и исключительную корректность;
- 3) кратко раскрывает вопросы, не получившие глубокого освещения на семинаре;
- 4) дает задание на дальнейшую работу.

Успешное проведение семинарских занятий во многом обусловлено выбором наиболее рациональной формы их проведения.

#### Требования к выступлениям обучающихся

Одним из условий, обеспечивающих успех семинарских занятий, является совокупность определенных конкретных требований к выступлениям, докладам, рефератам обучающихся. Эти требования должны быть достаточно четкими и в то же время не настолько регламентированными, чтобы сковывать творческую мысль, насаждать схематизм.

Перечень требований к любому выступлению обучающегося примерно таков:

- связь выступления с предшествующей темой или вопросом;
- раскрытие сущности проблемы;
- методологическое значение для научной, профессиональной и практической деятельности.

Важнейшие требования к выступлениям обучающихся – самостоятельность в подборе фактического материала и аналитическом отношении к нему, умение рассматривать примеры и факты во взаимосвязи и взаимообусловленности, отбирать наиболее существенные из них.

Приводимые участником семинара примеры и факты должны быть существенными, по возможности перекликаться с направленностью (профилем) обучения. Примеры из области наук, близких к будущей специальности обучающегося, из сферы познания, обучения поощряются руководителем семинара. Выступление обучающегося должно соответствовать требованиям логики. Четкое вычленение излагаемой проблемы, ее точная формулировка, неукоснительная последовательность аргументации именно данной проблемы, без неоправданных отступлений от нее в процессе обоснования, безусловная доказательность, непротиворечивость и полнота аргументации, правильное и содержательное использование понятий и терминов.

Порядок ведения семинара может быть самым разнообразным, в зависимости от его формы и тех целей, которые перед ним ставятся.

Обычно имеет место следующая последовательность:

- а) выступление (доклад) по основному вопросу;
- б) вопросы к выступающему;
- в) обсуждение содержания доклада, его теоретических и методических

достоинств и недостатков, дополнения и замечания по нему;

г) заключительное слово докладчика;

д) заключение преподавателя.

Разумеется, это лишь общая схема, которая может включать в себя развертывание дискуссии по возникшему вопросу и другие элементы.

При реферативно-докладной форме семинара первыми получают слово ранее намеченные докладчики, а при развернутой беседе - желающие выступить. Принцип добровольности выступления сочетается с вызовом обучающихся. Остальным желающим выступить по основному вопросу, чтобы не погасить у них интереса к семинару, можно посоветовать быть готовыми для анализа выступлений товарищей по группе, для дополнений и замечаний.

Желательно, чтобы обучающийся излагал материал свободно.

Преподавателю, по возможности не следует прерывать выступление обучающегося своими замечаниями и комментариями. Допустима тактичная поправка неправильно произнесенного слова, ошибочного ударения и т. п. Если далее выступающий допустил ошибки, гораздо лучше, если не сам преподаватель, а другие участники семинара первыми сделают ему соответствующее замечание.

Обстановка в аудитории во время выступления докладчика находится постоянно в сфере внимания руководителя семинара. Добиваясь внимательного и аналитического отношения обучающихся к выступлениям товарищей, руководитель семинара заранее ставит их в известность, что содержательный анализ выступления, доклада или реферата он оценивает так же высоко, как и выступление с хорошим докладом.

Вопросы к докладчику задают, прежде всего, обучающиеся, а не преподаватель, в чем их следует поощрять. Необходимо требовать, чтобы вопросы, задаваемые обучающимся, были существенны, связаны с темой, точно сформулированы. Вопросам преподавателя обычно присущи следующие требования:

- ясность и четкость формулировок, определенность границ, весомость смысловой нагрузки;
- уместность постановки вопроса в данный момент, острота его звучания в сложившейся ситуации, пробуждающая живой интерес студенческой аудитории;
- вопросы должны быть посильными для обучающихся.

По своему характеру вопросы бывают уточняющими, наводящими, встречными; другая категория вопросов, например, казусных, может содержать предпосылки различных суждений, быть примером или положением, включающим кажущееся или действительное противоречие.

Уточняющие вопросы имеют своей целью заставить обучающегося яснее высказать мысль, четко и определенно сформулировать ее, чтобы установить, оговорился ли он или имеет место неверное толкование проблемы. Ответ позволяет преподавателю принять правильное решение: исправленная оговорка снимает вопрос, ошибочное мнение выносится на обсуждение участников семинара, но без подчеркивания его ошибочности.

Наводящие или направляющие вопросы имеют своей задачей ввести полемику в нужное русло, помешать нежелательным отклонениям от сути проблемы. Важно, чтобы такие вопросы приоткрывали новые сферы приложения высказанных положений, расширяли мыслительный горизонт обучающихся. Наводящие вопросы на

вузовском семинаре являются редкостью и ставятся лишь в исключительных случаях.

Встречные вопросы содержат требования дополнительной аргументации, а также формально-логического анализа выступления или его отдельных положений. Цель таких вопросов – формирование у обучающихся умения всесторонне и глубоко обосновывать выдвигаемые положения, способности обнаруживать логические ошибки, обусловившие неубедительность или сомнительность вывода.

Казусные вопросы предлагаются обучающемуся или всей группе в тех случаях, когда в выступлении, докладе проблема освещена в общем-то верно, но слишком схематично, все кажется ясным и простым (хотя подлинная глубина проблемы не раскрыта) и в аудитории образуется «вакуум-интересов». Возникает необходимость показать, что в изложенной проблеме не все так просто, как это может показаться. По возможности, опираясь на знания, уже известные обучающимся, преподаватель найдет более сложный аспект проблемы и вынесет его на обсуждение в виде вопроса. Цель таких вопросов в том, чтобы сложное, противоречивое явление реальной действительности, содержащее в себе предпосылки для различных суждений, было осмыслено обучающимися в свете обсужденной теоретической проблемы, чтобы обучающийся научился мыслить шире и глубже.

Вопрос может быть поставлен в чисто теоретическом плане, но могут быть упомянуты и конкретные случаи, события, по возможности близкие или хорошо известные участникам семинара, и предоставлена возможность самим комментировать их в плане теоретической проблемы, обсуждаемой на семинаре.

Вопросы, преследующие создание «ситуации затруднений», обычно представляют собой две-три противоречащих друг другу формулировки, из которых необходимо обнаружить и обосновать истинную, или же берется высказывание какого-либо автора (без указания его фамилии) для анализа. В основном характер таких вопросов совпадает с постановкой задач на самостоятельность мышления.

#### Методические рекомендации по выполнению лабораторно-практических работ

Лабораторная работа - это проведение обучающимися по заданию преподавателя или по инструкции опытов с использованием приборов, применением инструментов и других технических приспособлений, т.е. это изучение каких-либо объектов, явлений с помощью специального оборудования.

Практическая работа проводится после лекций, и носят разъясняющий, обобщающий и закрепляющий характер. Они могут проводиться не только в аудитории, но и за пределами учебного заведения.

В ходе лабораторно-практических работ обучающиеся воспринимают и осмысливают новый учебный материал. Практические занятия носят систематический характер, регулярно следуя за каждой лекцией или двумя-тремя лекциями.

Лабораторно-практические работы выполняются согласно графика учебного процесса и самостоятельной работы обучающихся по дисциплине. При этом соблюдается принцип индивидуального выполнения работ.

Каждый обучающийся ведет рабочую тетрадь, оформление которой должно отвечать требованиям, основные из которых следующие:

- на титульном листе указывают предмет, курс, группу, подгруппу, фамилию, имя, отчество обучающегося; каждую работу нумеруют в соответствии с методическими указаниями, указывают дату выполнения работы;

- полностью записывают название работы, цель и принцип метода, кратко характеризуют ход эксперимента и объект исследования;

- при необходимости приводят рисунок установки; результаты опытов фиксируют в виде рисунков с обязательными подписями к ним, а также таблицы или описывают словесно (характер оформления работы обычно указан в методических указаниях к самостоятельным работам);

- в конце каждой работы делают вывод или заключение, которые обсуждаются при подведении итогов занятия.

Все первичные записи необходимо делать в тетради по ходу эксперимента.

Проведение лабораторно-практических работ включает в себя следующие этапы:

- постановку темы занятий и определение задач лабораторно-практической работы;

- определение порядка лабораторно-практической работы или отдельных ее этапов;

- непосредственное выполнение лабораторной/практической работы обучающимися и контроль за ходом занятий и соблюдением техники безопасности;

- подведение итогов лабораторно-практической работы и формулирование основных выводов.

При подготовке к лабораторным занятиям необходимо заранее изучить методические рекомендации по его проведению. Обратит внимание на цель занятия, на основные вопросы для подготовки к занятию, на содержание темы занятия.

Лабораторное занятие проходит в виде диалога – разбора основных вопросов темы. Также лабораторное занятие может проходить в виде показа презентаций, демонстративного материала (в частности плакатов, слайдов), которые сопровождаются беседой преподавателя с обучающимися.

Обучающийся может сдавать лабораторно-практическую работу в виде написания реферата, подготовки слайдов, презентаций и последующей защиты его, либо может написать конспект в тетради, ответив на вопросы по заданной теме. Ответы на вопросы можно сопровождать рисунками, схемами и т.д. с привлечением дополнительной литературы, которую следует указать.

Для проверки академической активности и качества работы обучающегося рабочую тетрадь периодически проверяет преподаватель.

#### Методические рекомендации по созданию презентаций

**Создание материалов-презентаций** – это вид самостоятельной работы обучающихся по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint.

Этот вид работы требует координации навыков обучающегося по сбору, систематизации, переработке информации, оформления ее в виде подборки материалов, кратко отражающих основные вопросы изучаемой темы, в электронном виде. То есть создание материалов-презентаций расширяет методы и средства обработки и представления учебной информации, формирует у обучающихся навыки работы на компьютере.

Презентации готовятся обучающимся в виде слайдов с использованием программы Microsoft PowerPoint.

*Роль обучающегося:*

- изучить материалы темы, выделяя главное и второстепенное;
- установить логическую связь между элементами темы;
- представить характеристику элементов в краткой форме;
- выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить в структуре работы;
- оформить работу и предоставить к установленному сроку.

*Критерии оценки:*

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- эстетичность оформления, его соответствие требованиям;
- работа представлена в срок.

*Не рекомендуется:*

- перегружать слайд текстовой информацией;
- использовать блоки сплошного текста;
- в нумерованных и маркированных списках использовать уровень вложения глубже двух;
- использовать переносы слов;
- использовать наклонное и вертикальное расположение подписей и текстовых блоков;
- текст слайда не должен повторять текст, который выступающий произносит вслух (зрители прочитают его быстрее, чем расскажет выступающий, и потеряют интерес к его словам).

*Примерные требования к оформлению презентации*

**Оформление слайдов**

|                      |  |
|----------------------|--|
| Стиль                | - Соблюдайте единый стиль оформления.<br>- Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации.<br>- Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки).                         |
| Фон                  | - Для фона выбирайте более холодные тона (синий или зеленый).  |
| Использование цвета  | На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста.<br>- Для фона и текста используйте контрастные цвета.<br>- Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и послеиспользования). |
| Анимационные эффекты | Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде.<br>- Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.                              |

*Рекомендуется:*

- сжатость и краткость изложения, максимальная информативность текста: короткие тезисы, даты, имена, термины – главные моменты опорного конспекта;
- использование коротких слов и предложений, минимум предлогов,

наречий, прилагательных;

- использование нумерованных и маркированных списков вместо сплошного текста;
- использование табличного (матричного) формата предъявления материала, который позволяет представить материал в компактной форме и наглядно показать связи между различными понятиями;
- выполнение общих правил оформления текста;
- тщательное выравнивание текста, буквиц, маркеров списков;
- горизонтальное расположение текстовой информации, в т.ч. и в таблицах;
- каждому положению, идее должен быть отведен отдельный абзац текста;
- основную идею абзаца располагать в самом начале – в первой строке абзаца (это связано с тем, что лучше всего запоминаются первая и последняя мысли абзаца);
- идеально, если на слайде только заголовок, изображение (фотография, рисунок, диаграмма, схема, таблица и т.п.) и подпись к ней.

#### *Представление информации*

|                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| Содержание информации               | <ul style="list-style-type: none"><li>- Используйте короткие слова и предложения.</li><li>- Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных.</li><li>- Заголовки должны привлекать внимание аудитории.</li></ul>   |
| Расположение информации на странице | <ul style="list-style-type: none"><li>- Предпочтительно горизонтальное расположение информации.</li><li>- Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана.</li><li>- Если на слайде располагается картинка, надпись должна располагаться под ней.</li></ul>  |
| Шрифты                              | <ul style="list-style-type: none"><li>- Для заголовков - не менее 24.</li><li>- Для информации - не менее 18.</li><li>- Шрифты без засечек легче читать с большого расстояния.</li><li>- Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации.</li><li>- Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание.</li><li>- Нельзя злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных букв).</li></ul> |
| Способы выделения информации        | Следует использовать: <ul style="list-style-type: none"><li>- рамки, границы, заливку;</li><li>- разные цвета шрифтов, штриховку, стрелки;</li><li>- рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов</li></ul>  |
| Объем информации                    | <ul style="list-style-type: none"><li>- Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут одновременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений.</li><li>- Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде.</li></ul>   |
| Виды слайдов                        | Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: <ul style="list-style-type: none"><li>с текстом;</li><li>с таблицами;</li><li>с диаграммами.</li></ul>  |



### Формы промежуточного, рубежного и итогового контроля

**По дисциплине ДВ «Психология здоровья» предусмотрены следующие формы контроля знания обучающихся:**

1. Текущий контроль проводится систематически с целью установления уровня овладения обучающимися материалом. В течение семестра в соответствии с программой курса выполняются практические работы, и проводится опрос обучающихся по каждой теме.

2. Промежуточный контроль проводится с целью определения качества усвоения лекционного материала и части дисциплины, предназначенной для самостоятельного изучения. Наиболее эффективным является его проведение в письменной форме в виде тестовых заданий, составленных по разделам дисциплины с использованием специального программного обеспечения.

Отвечая на тесты, обучающиеся смогут в предельно сжатые сроки систематизировать знания, приобретенные в процессе изучения дисциплины, сосредоточить свое внимание на основных понятиях, сформулировать примерную структуру ответов на важные вопросы зачета.

Рубежный контроль: проводятся контрольные работы по определенным темам разделов дисциплины. Результаты контрольных работ фиксируются преподавателем.

3. Итоговый контроль. Для контроля усвоения данной дисциплины предусмотрен зачет с оценкой, на котором обучающимся необходимо ответить на вопросы и задания в форме электронного теста АСТ (банк заданий в ИМРЦ ИППиУО).

#### Методические рекомендации по подготовке к зачету

Форма зачета: электронный тест АСТ. К зачету допускаются обучающиеся, которые систематически, в течение всего семестра работали на занятиях и показали уверенные знания по вопросам, выносившимся на групповые занятия. Непосредственная подготовка к зачету осуществляется по вопросам и списку понятий, представленных в данной рабочей программе дисциплины.

*Консультация* - это беседа преподавателя и обучающегося, в которой обучающиеся могут получить разъяснения преподавателя по различным вопросам, связанным с учебным процессом и содержанием учебной дисциплины. Консультация может проводиться индивидуально или с группой обучающихся.

### 3. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### 3.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины ДВ «Психология здоровья»

| Наименование дисциплины   | Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат)<br>Наименование программы   | Количество зачетных единиц |
|---|--|----------------------------|
| ДВ «Психология здоровья»  | 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, Направленность (профиль) образовательной программы: Практическая психология в образовании | 3                          |
| <b>Смежные дисциплины по учебному плану</b>   |  |                            |
| Предшествующие: Основы ЗОЖ и гигиена, Общая психология, Клиническая психология, Анатомия и физиология ВНД, Психология девиантного развития и поведения, Профилактика аддиктивного поведения, Психологическая безопасность среды |  |                            |
| Последующие: нет  |  |                            |

| ВХОДНОЙ КОНТРОЛЬ<br>(проверка «остаточных» знаний по ранее изученным смежным дисциплинам) |               |                       |          |
|---|---------------|-----------------------|----------|
|   | Форма работы  | Количество баллов 5 % |          |
|   |               | min                   | max      |
|   | Собеседование | <b>0</b>              | <b>5</b> |
| Итого   |               | <b>0</b>              | <b>5</b> |

| БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ                 |  |                        |           |
|--------------------------------|--|------------------------|-----------|
|                                | Форма работы                                   | Количество баллов 70 % |           |
|                                |  | min                    | max       |
| Текущая работа                 | Написание конспекта                            | <b>0</b>               | <b>10</b> |
|                                | Разработка и защита мультимедийных презентаций | <b>0</b>               | <b>15</b> |
|                                | Решение задачи                                 | <b>0</b>               | <b>15</b> |
|                                | Перечень методик                               | <b>0</b>               | <b>10</b> |
|                                | Анализ здоровьесберегающей программы           | <b>0</b>               | <b>10</b> |
| Промежуточный рейтинг-контроль | Тестирование                                   | <b>0</b>               | <b>10</b> |
| Итого                          |  | <b>0</b>               | <b>70</b> |

| ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ |              |                        |           |
|-----------------|--------------|------------------------|-----------|
| Содержание      | Форма работы | Количество баллов 25 % |           |
|                 |              | min                    | max       |
|                 | Зачет        | <b>0</b>               | <b>25</b> |
| Итого           |              | <b>0</b>               | <b>25</b> |

#### Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

| <i>Общее количество набранных баллов</i> | <i>Академическая оценка</i> |
|--|-----------------------------|
| <b>менее 60</b>                          | <b>Не зачтено</b>           |
| <b>60 – 100</b>                          | <b>Зачтено</b>              |

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им. В.П. Астафьева  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра-разработчик – кафедра психологии

УТВЕРЖДЕНО

на заседании кафедры психологии  
протокол № 1 от «12» мая 2021 г.

Заведующий кафедрой            Е.Ю. Дубовик



ОДОБРЕНО

на заседании учебно-методического совета  
ИППО протокол № 5 от «21» мая 2021 г.

председатель НМСС(Н) ИППО

Т.А. Шкерина



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся по дисциплине  
«Психология здоровья»

Направление подготовки:

*44.03.02 Психолого-педагогическое образование*

Направленность (профиль) образовательной программы

*Практическая психология в образовании*

Квалификация (степень) выпускника

*бакалавр*

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ НА ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Представленный фонд оценочных средств для государственной итоговой аттестации обучающихся соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта высшего образования и профессиональному стандарту Педагог-психолог (психолог в сфере образования).

Предлагаемые формы и средства аттестации адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в образовании.

Оценочные средства и критерии оценивания представлены в полном объеме. Формы оценочных средств, включенных в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС, установленных в Положении о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» утвержденного приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств государственной итоговой аттестации рекомендуется к использованию в процессе подготовки по указанной направленности (профиля) образовательной программы.

Директор  
МАУ «Центр психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи «Эго»



П. В. Юсупов

## **1. Назначение фонда оценочных средств**

**1.1. Целью** создания ФОС дисциплины ДВ «Психология здоровья» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

### **1.2. ФОС** дисциплины «Психология здоровья» решает задачи:

- контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;

- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников;

- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных методов обучения в образовательный процесс Университета.

### **1.3. ФОС** разработан на основании **нормативных документов:**

- ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2015 г. N 1457 (в ред. Приказа Минобрнауки РФ от 20.04.2016 N 444);

- федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

- профессиональным стандартом Педагог-психолог (психолог в сфере образования), утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.07.2015 N 514н;

- нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в КГПУ им. В.П. Астафьева по направленности (профилю) образовательной программы Практическая психология в образовании, очной формы обучения Института психолого-педагогического образования КГПУ им. В.П. Астафьева с присвоением квалификации бакалавр;

- положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» утвержденного приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018.

## **2. Перечень компетенций подлежащих формированию в рамках дисциплины**

### **2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОПК – 12 - способность использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства;

ПК – 29 - способность формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности.

## 2.2. Оценочные средства

| Компетенция  | Дисциплины, практики, участвующие в формировании данной компетенции  | Тип контроля  | Оценочное средство/КИМ   |                                      |
|--|--|---|--|--------------------------------------|
|  |  |   | Номер  | Форма                                |
| ОПК-12 - способность использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства | Модуль «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»<br>Основы ЗОЖ и гигиена<br>Анатомия и возрастная физиология<br>Безопасность жизнедеятельности<br>Педагогические основы профессиональной деятельности<br>Социальная педагогика<br>Организация психодиагностики, психопрофилактики и коррекционно-развивающей деятельности с детьми и подростками<br>Психология девиантного развития и поведения<br>Организация психологического консультирования и психологического просвещения субъектов образовательного процесса<br>Основы психологического консультирования<br>Психологическая безопасность среды<br>Психологическая экспертиза безопасности образовательной среды<br>Профилактика эмоционального выгорания<br>Здоровьесберегающие технологии в ОО<br>Зарубежная педагогика детства | Текущий контроль успеваемости   | 2  | Составление конспекта                |
|  |  |   | 3  | Создание презентации с докладом      |
|  |  |   | 4  | Составление перечня методик          |
|  |  |   | 5  | Анализ здоровьесберегающей программы |
|  |  |   | 6  | Решение профессиональной задачи      |
|  |  | Промежуточная аттестация  | 1  | Зачет                                |
|  |  | ПК-29 - способность формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности | Модуль «Психолого-педагогические основы профессиональной деятельности»<br>Общая психология<br>Введение в психолого-педагогическую деятельность<br>Организация психологического консультирования и психологического просвещения субъектов образовательного процесса<br>Психологическое сопровождение профессиональной деятельности педагога<br>Профилактика эмоционального выгорания<br>Производственная практика<br>Преддипломная практика | Текущий контроль успеваемости        |
| 3  | Создание презентации с докладом  |   |  |                                      |
| 4  | Составление перечня методик  |   |  |                                      |
| 5  | Анализ здоровьесберегающей программы   |   |  |                                      |
| 6  | Решение профессиональной задачи  |   |  |                                      |
| Промежуточная аттестация   | 1  |   |  | Зачет                                |

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

#### 3.1. Фонды оценочных средств включают: зачет

#### 3.2. Оценочные средства

##### 3.2.1. Оценочное средство - зачет

##### Критерии оценивания по оценочному средству 1 – зачет

| Формируемые компетенции (код компетенции) | Продвинутый уровень сформированности компетенций  | Базовый уровень сформированности компетенций   | Пороговый уровень сформированности компетенций   |
|---|---|--|--|
|   | (87 - 100 баллов)<br>«отлично»  | (73 - 86 баллов)<br>«хорошо»   | (60 - 72 баллов)*<br>«удовлетворительно»   |
| ОПК - 12                                  | Обучающийся способен самостоятельно использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства | Обучающийся способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства при поддержке преподавателя | Обучающийся не совсем способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства |
| ПК-29                                     | Обучающийся способен самостоятельно формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности   | Обучающийся способен формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности при поддержке преподавателя   | Обучающийся не совсем способен формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности   |

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля

**4.1. Фонды оценочных средств включают:** составление конспекта, составление презентации с докладом, составление перечня, анализа здоровьесберегающей программы, решение профессиональной задачи. Форма промежуточного контроля – зачет.

**4.2. Критерии оценивания** см. в технологической карте рейтинга рабочей программы дисциплины

#### 4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – составление конспекта

| Критерии оценивания                        | Количество баллов (вклад в рейтинг) |
|--|-------------------------------------|
| Соответствие содержания конспекта тематике | 3                                   |



|                               |    |
|-------------------------------|----|
| Наличие структуры и логики    | 3  |
| Раскрытие подходов к проблеме | 4  |
| Максимальный балл             | 10 |

#### **4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 3 – презентации с докладом**

| Критерии оценивания   | Количество баллов (вклад в рейтинг) |
|---|-------------------------------------|
| Эстетичность оформления, его соответствие требованиям                               | 3                                   |
| Соответствие содержания теме  | 3                                   |
| Правильная структурированность информации, логичность изложения                     | 3                                   |
| Лаконичность, четкость доклада  | 3                                   |
| Понимание материала, умение ответить на дополнительные вопросы по слайдам и докладу | 3                                   |
| Максимальный балл   | 15                                  |

#### **4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 4 - составление перечня методик**

| Критерии оценивания   | Количество баллов (вклад в рейтинг) |
|---|-------------------------------------|
| Достаточный объем   | 2                                   |
| Учет в подборе методик разных аспектов диагностируемого конструкта      | 2                                   |
| Наличие психометрических критериев у методик                            | 2                                   |
| Доступность методик   | 2                                   |
| Включенность методик в компендиум рекомендованных и проверенных методик | 2                                   |
| Максимальный балл   | 10                                  |

#### **4.2.4. Критерии оценивания по оценочному средству 5 – анализа здоровьесберегающей программы**

| Критерии оценивания                                  | Количество баллов (вклад в рейтинг) |
|--|-------------------------------------|
| Определение цели и задач программы                   | 2                                   |
| Определение целевого уровня здоровья программы       | 2                                   |
| Анализ соответствия целей и содержания программы     | 2                                   |
| Анализ эффективности методов и форм реализации целей | 2                                   |
| Анализ адекватности программы заявленному возрасту   | 2                                   |
| Максимальный балл                                    | 10                                  |

**4.2.5. Критерии оценивания по оценочному средству 6 – решение профессиональной задачи**

| Критерии оценивания                                     | Количество баллов<br>(вклад в рейтинг) |
|---|--|
| Оформление протоколов обследования согласно требованиям | 3                                      |
| Оформление общего заключения согласно требованиям       | 3                                      |
| Адекватность и надежность методик                       | 3                                      |
| Правильное применение методик (корректная диагностика)  | 3                                      |
| Правильная обработка и интерпретация результатов        | 3                                      |
| Максимальный балл                                       | 15                                     |

**5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)**  
по дисциплине ДВ «Психология здоровья»  
для обучающихся основной профессиональной образовательной программы  
направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
направленность (профиль) образовательной программы  
Практическая психология в образовании

**5.1. Оценочные средства для текущего контроля**

**5.1.1 Разработайте конспект** на тему (предложенную преподавателем). Конспект включает: проблему, актуальность, основную идею, подходы к рассмотрению проблемы.

Понятие здоровья в психологии.

Понятие здоровья в медицине и психиатрии.

Понятие ЗОЖ.

Принципы ЗОЖ.

Базовые составляющие элементы ЗОЖ.

Понятие профессионального здоровья в психологии.

Модели понимания здоровья.

Принципы здорового образа жизни.

Понятие отношения к здоровью в психологии.

Понятие эмоционального выгорания в психологии.

**5.1.2 Разработка презентации.**

Разработайте мультимедийную презентацию по теме (предложенной преподавателем).

Подходы к определению понятия «здоровье».

Уровневая характеристика здоровья человека.

Проблема образа жизни.

Валеология: предмет, задачи, методы.

Структурная характеристика отношения к здоровью.

Проблема психического здоровья в психологии.

Проблема психологического здоровья в психологии.

Проблема профессионального здоровья педагогов и психологов.

Методы и методики диагностики здоровья.

Профилактика эмоционального выгорания педагогов и психологов.

**5.1.3 Составление перечня методик.**

Составьте перечень методик диагностики по всем трем уровням здоровья (физическое, психическое, психологическое). В перечне каждого уровня должно быть указано минимум 8-10 методик.

#### **5.1.4. Анализ здоровьесберегающей программы.**

Выберите любую апробированную здоровьесберегающую программу для детей или подростков (или программу профилактики, укрепления здоровья и т.п.). Проанализируйте программу по следующей схеме:

- цели и задачи программы;
- целевая аудитория (возраст);
- уровень здоровья, на сохранение или поддержание которого нацелена программа;
- адекватность предлагаемых форм и методов целям и возрасту;
- эффективность предлагаемых форм и методов для достижения целей.

#### **5.1.5. Решение профессиональной задачи.**

Проведите самообследование с помощью 2-3 рекомендованных (валидных, надежных) методик на один уровень здоровья (физическое, психическое, психологическое), оформите протокол по каждой методике и общее итоговое заключение.

В протоколе должны быть указаны:

- информация об испытуемом и времени обследования
- название методики
- полученные данные (количественные и качественные)
- вывод.

В общем итоговом заключении должны быть указаны:

- информация об испытуемом
- перечень методик
- обобщенные полученные данные по каждой методике (количественные и качественные)
- общие выводы.

## **5.2. Оценочные средства для промежуточного контроля**

### **5.2.1. Ориентировочные вопросы к зачету**

- 1) Подходы к определению понятия «здоровье».
- 2) Подходы к исследованию здоровья в психологии.
- 3) Модели понимания здоровья (по Н.Н. Малярчук).
- 4) Виды (уровни) здоровья человека.
- 5) Факторы, влияющие на здоровье человека.
- 6) Понятие образа жизни (уровень, качество, стиль жизни).
- 7) Проблема здорового образа жизни.
- 8) Понятие о валеологии: предмет, задачи, методы.
- 9) Базовые составляющие элементы ЗОЖ.
- 10) Биологические принципы ЗОЖ.
- 11) Социальные принципы ЗОЖ.
- 12) Факторы, определяющие образ жизни человека.

- 13) Принципы здорового образа жизни (по Н.М. Амосову).
- 14) Проблема отношения к здоровью в психологии.
- 15) Структура (компоненты) отношения к здоровью.
- 16) Понятие физического здоровья (базовые, индивидуальные свойства).
- 17) Понятие психического здоровья в психологии.
- 18) Понятие психологического здоровья в психологии.
- 19) Проблема профессионального здоровья: профессиональные риски педагогов и психологов.
- 20) Методы и методики диагностики базового уровня (физического) здоровья.
- 21) Методы и методики диагностики психического здоровья.
- 22) Методы и методики диагностики психологического здоровья.
- 23) Принципы и требования к составлению программ коррекции / сопровождения здоровья.
- 24) Цели и задачи здоровьесберегающих программ и технологий.
- 25) Профилактика эмоционального выгорания педагогов и психологов.

### 3.3. Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по дисциплине

#### Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и научно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами.
2. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации» от 28.04.2018 № 297 (п).
4. Обновлена карта материально-технической базы дисциплины.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии протокол № 4 от «08» мая 2018 г.

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование «11» июня 2018 г. Протокол № 5

Председатель НМСН(С) ИППО



М.А. Кухар

## **Лист внесения изменений**

Дополнения и изменения рабочей программы по 2018/2019 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и научно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами.
2. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
3. Обновлена карта материально-технической базы дисциплины.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии «08» мая 2019 г., протокол № 4

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование протокол № 5 от «15» мая 2019 г.

Председатель НМСН(С) ИППО



Т.Г. Авдеева



## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины на 2020/2021 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Обновлено титульные листы рабочей программы, фонда оценочных средств в связи с изменением ведомственной принадлежности – Министерству просвещения Российской Федерации.

2. Обновлено и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева

«Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу литературы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

3. Обновлено «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры-разработчика: психологии «11» мая 2020 г., протокол № 4

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой

Е.Ю. Дубовик



Одобрено НМСС(Н) ИППО  
№ 5 от «20» мая 2020 г.

Председатель



Т.А. Шкерина

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины на 2021/2022 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Обновлено и согласовано с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева «Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу литературы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

2. Обновлено «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры-разработчика: психологии

«12» мая 2021 г., протокол № 5

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой

Е.Ю. Дубовик



Одобрено НМСС(Н)  
№ 5 от «21» мая 2021 г.

Председатель



Т.А. Шкерина

## 4. УЧЕБНЫЕ РЕСУРСЫ

### 4.1. КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ДВ «Психология здоровья» для обучающихся основной профессиональной образовательной программы направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в образовании по очной форме обучения

| № п/п                            | Наименование  | Место хранения/<br>Электронный адрес | Количество<br>экземпляров/<br>Точек доступа |
|----------------------------------|---|--------------------------------------|---|
| <b>Основная литература</b>       |   |                                      |   |
| •                                | Барканова, О.В. Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности. Красноярск: Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева, 2014.- 368 с. [Электронное издание].- URL: <a href="http://elib.kspu.ru/document/10801">http://elib.kspu.ru/document/10801</a>   | ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева          | Индивидуальный<br>неограниченный<br>доступ  |
| •                                | Бойко О.В. Охрана психического здоровья: Учебное пособие для студ. высш. учеб. Заведений. М.: Академия, 2004. 268 с.  | Научная библиотека                   | 21  |
| •                                | Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психология и культура здоровья: базовые понятия, концепции и подходы: учебное пособие для студентов вузов. Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2011. 176 с. [Электронный ресурс].- URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241077">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241077</a> | Университетская<br>библиотека ONLINE | Индивидуальный<br>неограниченный<br>доступ  |
| •                                | Иванова М.Г. Практические аспекты психологии здоровья: учебное пособие. Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012. 47 с.: [Электронный ресурс].- URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278413">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278413</a>   | Университетская<br>библиотека ONLINE | Индивидуальный<br>неограниченный<br>доступ  |
| •                                | Колесов Д.В., Колесов Д.Д. Состояние человека (семантика, психология, медицина): учебное пособие. М.: МПСИ; Воронеж: НПО «Модэк», 2008. 704 с.  | Научная библиотека                   | 19  |
| <b>Дополнительная литература</b> |   |                                      |   |
| •                                | Болотов Б. В. Здоровье человека в нездоровом мире: монография/ Б. В. Болотов. - 2-е изд.. - СПб.: Питер, 2008. - 512 с.   | Научная библиотека                   | 10  |
| •                                | Дети с ограниченными возможностями здоровья: хрестоматия по специальной педагогике и психологии. Ч. I / сост.: Б.П. Брунов, В.И. Петроченко. Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2009. 236 с.  | Научная библиотека                   | 11  |
| •                                | Дубровинская Н.В., Фарбер Д.А., Безруких М.М. Психофизиология ребенка: Психофизиологические основы детской валеологии: учеб. пособие для студ. высш.  | Научная библиотека                   | 14  |

|   |  |                                   |                                      |
|---|--|-----------------------------------|--------------------------------------|
|   | учеб. заведений. М.: ВЛАДОС, 2000. 144 с.  |                                   |                                      |
| • | Московкина А.Г. Ребенок с ограниченными возможностями здоровья в семье: учебное пособие / под ред. В.И. Селиверстова. М.: МПГУ, 2014. - 252 с. -[Электронный ресурс].- URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=275030">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=275030</a>  | Университетская библиотека ONLINE | Индивидуальный неограниченный доступ |
| • | Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст: учебное пособие/ В. Э. Пахальян. - СПб.: Питер, 2006. - 240 с.   | Научная библиотека                | 10                                   |
| • | Петрушин, В.И. Валеология: Учеб. пособие/ В.И. Петрушин, Н.В. Петрушина. - М.: Гардарики, 2002. - 432 с.   | Научная библиотека                | 10                                   |
| • | Поддубный С.К., Куртев С.Г. Психология болезни и инвалидности: учебное пособие. Омск: Издательство СибГУФК, 2015. 247 с. [Электронный ресурс].- URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=483423">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=483423</a>   | Университетская библиотека ONLINE | Индивидуальный неограниченный доступ |
| • | Поляшова Н.В., Новикова И.А., Маракушина И.Г. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе: учебное пособие. Архангельск: ИПЦ САФУ, 2012. 147 с. -[Электронный ресурс].- URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=436398">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=436398</a>             | Университетская библиотека ONLINE | Индивидуальный неограниченный доступ |
| • | Правдина Л.Р. Психология профессионального здоровья: учебное пособие. Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2016. 208 с.- [Электронный ресурс].- URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=493283">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=493283</a>   | Университетская библиотека ONLINE | Индивидуальный неограниченный доступ |
| • | Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества / отв. ред. А.Л. Журавлев, В.И. Воловикова, Т.В. Галкина. М.: Институт психологии РАН, 2014.- 320 с. [Электронный ресурс].- URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271663">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271663</a> | Университетская библиотека ONLINE | Индивидуальный неограниченный доступ |
| • | Труфанова О.К. Основы психосоматической психологии: учебное пособие. Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2008.- 128 с.- [Электронный ресурс].- URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241075">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241075</a>   | Университетская библиотека ONLINE | Индивидуальный неограниченный доступ |
| • | Яшин, В. Н. ОБЖ. Здоровый образ жизни: учебное пособие/ В. Н. Яшин. - 2-е изд., доп.. - М.: Айрис-пресс, 2006. - 112 с.  | Научная библиотека                | 15                                   |
|   | <b>Учебно-методическое обеспечение<br/>для самостоятельной работы</b>  |                                   |                                      |
| • | Рабочая программа дисциплины ДВ «Психология здоровья».- URL: <a href="http://elib.kspu.ru/document/27885">http://elib.kspu.ru/document/27885</a>   | ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева       | Индивидуальный неограниченный доступ |
|   | <b>Информационные справочные системы и профессиональные базы данных</b>  |                                   |                                      |



## Карта материально-технической базы дисциплины

### ДВ «Психология здоровья»

направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в  
образовании

#### очная форма обучения

| <b>Номер аудитории/помещения</b><br>660017, Красноярский край, г. Красноярск, ул. К. Маркса, зд. 100, (Корпус № 3)   | <b>Оборудование (наглядные пособия, макеты, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)</b>  |
|--|---|
| Аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации |   |
| 1-04   | - Учебная доска -1 шт., стол для инвалида-колясочника -1 шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 1-06   | - Учебная доска-1шт., проектор-1шт., компьютер -1шт., экран-1шт.<br>- Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)  |
| 2-01   | - Учебная доска-1шт., проектор-1шт., экран-1шт., системный блок-1шт.<br>- Программного обеспечения: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)   |
| 2-02   | - Учебная доска-1шт., интерактивная доска-1шт., шкаф-1шт., проектор-1 шт.<br>- Программного обеспечения – нет   |
| 2-03   | - Учебная доска-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 2-04   | - Учебная доска-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 2-05   | - Компьютер-3шт., МФУ-2шт., принтер-1шт.<br>- Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)  |
| 2-06 (Учебно-исследовательская лаборатория «Центр психологических и педагогических исследований»)  | - Компьютер-10шт., интерактивная доска с встроенным проектором-1шт., телевизор-1шт., учебно-методическая литература<br>- Программное обеспечение: Microsoft® Windows® 8.1 Professional (ОЕМ лицензия, контракт № 20А/2015 от 05.10.2015); Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1В08-190415-050007-883-951; 7-Zip - (Свободная лицензия GPL); Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия); Mozilla Firefox – (Свободная лицензия); LibreOffice – (Свободная лицензия GPL); XnView – (Свободная лицензия); Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия); Psychometric Expert-8 (Контракт № 11/09С от24.09.2015) |
| 2-07 (Аудитория для тренингов)   | - МФУ-1шт., магнитофон-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет   |
| 2-09   | - Флипчарт-1шт., маркерная доска-1шт., телевизор-1шт.   |

|   |   |
|---|---|
|   | - Программного обеспечения – нет  |
| 2-10  | - Учебная доска -1шт., таблицы по детской психологии, проектор-1шт., экран-1шт., компьютер – 1шт., интерактивная доска-1шт., маркерная доска-1шт.<br>- Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL) |
| 3-01  | - Учебная доска-1шт., проектор-1шт., интерактивная доска-1шт., схемы и таблицы по менеджменту, компьютер- 1шт.<br>- Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)                                    |
| 3-01a   | - Компьютер-1шт., МФУ-1шт., принтер-1шт., сканер-1шт., проектор-1шт., ноутбук-1шт.<br>- Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)   |
| 3-03  | - Проектор-1шт., учебная доска-1шт., экран-1шт., компьютер-1шт.<br>- Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)   |
| 3-04  | - Учебная доска-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 3-05  | - Учебная доска-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 3-06  | - Интерактивная доска с проектором-1шт., маркерная доска-1шт., системный блок-1шт.<br>- Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)  |
| 3-07  | - Оборудования – нет<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 3-08  | - Учебная доска-1шт., экран-1шт., проектор-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет   |
| 3-10  | - Учебная доска-1 шт., экран напольный-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет   |
| 4-03  | - Маркерная доска-1шт., проектор- 1 шт., экран -1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 4-04  | - Учебная доска-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 4-05  | - Учебная доска-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 4-06  | - Учебная доска-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 4-08  | - Учебная доска-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| 4-09  | - Учебная доска-1шт.<br>- Программного обеспечения – нет  |
| Помещения для самостоятельной работы, индивидуальных консультаций |   |
| 2-11 (Методический кабинет)                                       | - Компьютер-14шт.<br>- Программное обеспечение: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)   |
| 4-01 (Информационно-методический ресурсный центр)                 | - Компьютер- 4шт.<br>- Программное обеспечение: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)   |