

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Шуматов Валентин Борисович

Должность: Ректор

Дата подписания: 23.12.2021 09:16:44

Уникальный программный ключ:

1cef78fd73d75dc6ecf72fe1eb94fee507a2985a2657b784ee019b0a794c64

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Тихоокеанский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ

Проректор

/И.П. Черная/

«19»

06

2020 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.Б.22 ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

(наименование учебной дисциплины)

**Направление подготовки (специальность) 37.05.01 Клиническая психология. Специализация «Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях»**

**Форма обучения Очная**

**Срок освоения ОПОП 5,5 лет**

**Кафедра Клинической психологии**

Владивосток, 2020

- При разработке рабочей программы учебной дисциплины (модуля) в основу положены:
- 1) ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 37.05.01 Клиническая психология утвержденный Министерством образования и науки РФ «12» сентября 2016 г. №1181
  - 2) Учебный план по специальности 37.05.01 Клиническая психология, утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Министерства здравоохранения России «15» мая 2020 г., Протокол № 4.

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена на заседании кафедры клинической психологии, от «20» мая 2020. Протокол № 13

Заведующий кафедрой



Кравцова Н.А.

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена УМС по специальности 37.05.01 Клиническая психология факультета общественного здоровья от «09» июня 2020г. Протокол № 5

Председатель УМС



(Скварник В.В.)

**Разработчики:**

Доцент  
кафедры клинической психологии



С.А. Осинская

## 2. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

### 2.1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения учебной дисциплины (модуля) Б1.Б.22 Психология здоровья состоит в овладении знаниями психологических теорий здоровья, а также принципами оздоровления личности.

При этом **задачами** дисциплины являются:

- приобретение студентами знаний в области теоретических основ психологии здоровья
- приобретение студентами знаний в области психодиагностики самооценки здоровья;
- обучение студентов важнейшим методам психодиагностики; позволяющим оценить внутреннюю картину здоровья (ВКЗ).
- формирование навыков изучения научной литературы и официальных статистических обзоров;
- формирование навыков общения с клиентом с учетом этики в зависимости от характерологических особенностей пациентов;
- формирование у студента навыков общения с коллективом.

### 2.2. Место учебной дисциплины (модуля) в структуре ОПОП университета

2.2.1. Учебная дисциплина (модуль) Б1.Б.22 Психология здоровья относится к дисциплинам базовой части.

2.2.2. Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: общая психология, психология личности, психодиагностика.

Дисциплина является предшествующей для изучения в дальнейшем циклов профессиональных дисциплин.

### 2.3. Требования к результатам освоения учебной дисциплины (модуля)

2.3.2. Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

п/№	Номер/ индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:			
			Знать	Уметь	Владеть	Оценочные средства
1.	ОК-2	Способность использовать основы философских знаний для формирования мировоззренческой позиции	<b>Знает:</b> Понятия здоровья, здорового образа жизни, культуры здоровья. <b>Умеет:</b> Разрабатывать и проводить просветительские и развивающие мероприятия, направленные на формирование ценностного отношения к здоровью, для лиц разных возрастных категорий. <b>Владеет:</b> Разнообразными стратегиями психологической работы с опорой на теоретические основы психологии здоровья.			Технология Блиц-опрос Индивидуальные собеседования Групповая дискуссия Реферат

2.	ПК-10	<p><b>Готовность формировать установки, направленные на здоровый образ жизни, гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, популяризовать психологические знания</b></p>	<p><b>Знает:</b> Понятия здоровья, здорового образа жизни, культуры здоровья.  <b>Умеет:</b> Разрабатывать и проводить просветительские и развивающие мероприятия, направленные на формирование ценностного отношения к здоровью, для лиц разных возрастных категорий.  <b>Владеет:</b> Разнообразными стратегиями психологической работы с опорой на теоретические основы психологии здоровья.</p>	<p>Технология Блиц-опрос  Индивидуальные собеседования  Групповая дискуссия  Реферат</p>
3.	ПК-11	<p><b>Способность организовывать условия трудовой деятельности с учетом индивидуально-личностных возможностей работника с целью снижения риска последствий нервно-психического напряжения, стресса, предупреждения психосоматических заболеваний</b></p>	<p><b>Знает:</b> Понятия здоровья, здорового образа жизни, культуры здоровья.  <b>Умеет:</b> Разрабатывать и проводить просветительские и развивающие мероприятия, направленные на формирование ценностного отношения к здоровью, для лиц разных возрастных категорий.  <b>Владеет:</b> Разнообразными стратегиями психологической работы с опорой на теоретические основы психологии здоровья.</p>	<p>Технология Блиц-опрос  Индивидуальные собеседования  Групповая дискуссия  Реферат</p>
4.	ПК-14	<p><b>Готовность сопровождать инновации, направленные на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей</b></p>	<p><b>Знает:</b> Понятия здоровья, здорового образа жизни, культуры здоровья.  <b>Умеет:</b> Разрабатывать и проводить просветительские и развивающие мероприятия, направленные на формирование ценностного отношения к здоровью, для лиц разных возрастных категорий.  <b>Владеет:</b> Разнообразными стратегиями психологической работы с опорой на теоретические основы психологии здоровья.</p>	<p>Технология Блиц-опрос  Индивидуальные собеседования  Групповая дискуссия  Реферат</p>

## **2.4. Характеристика профессиональной деятельности выпускника**

### **2.4.1. Область профессиональной деятельности выпускника**

Область профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу по специальности 37.05.01 Клиническая психология Специализация «Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях» включает:

исследовательскую и практическую деятельность, направленную на решение комплексных задач психологической диагностики, экспертизы и помощи гражданам в общественных, научно-исследовательских, консалтинговых организациях, организациях, осуществляющих образовательную деятельность, учреждениях здравоохранения и социальной защиты населения, в сфере правоохранительной деятельности, обороны, безопасности личности, общества и государства, спорта, а также в сфере частной практики - предоставление психологической помощи или психологических услуг физическим и юридическим лицам.

### **2.4.2. Объекты профессиональной деятельности выпускников:**

человек с трудностями адаптации и самореализации, связанными с его физическим, психологическим, социальным и духовным состоянием, а также системы и процессы охраны, профилактики и восстановления здоровья;

психологические факторы дезадаптации и развития нервно-психических и психосоматических заболеваний;

формирование поведения, направленного на поддержание, сохранение, укрепление и восстановление здоровья;

психологическая диагностика, направленная на решение диагностических и лечебных задач клинической практики и содействия процессам коррекции, развития и адаптации личности;

психологическое консультирование в рамках профилактического, лечебного и реабилитационного процессов, в кризисных и экстремальных ситуациях, а также в целях содействия процессам развития и адаптации личности;

психологическая экспертиза в связи с задачами медико-социальной (трудовой), медико-педагогической, судебно-психологической и военной экспертизы.

### **2.4.3 Задачи профессиональной деятельности выпускников**

научно-исследовательская деятельность: самостоятельное проведение, письменное, устное и виртуальное представление материалов собственных исследований;

психодиагностическая деятельность: выявление и анализ информации о потребностях пациента (клиента) и медицинского персонала (или заказчика услуг) с помощью интервью, анамнестического (биографического) метода и других клинико-психологических методов;

диагностика психических функций, состояний, свойств и структуры личности и интеллекта, психологических проблем, конфликтов, способов адаптации, личностных ресурсов, межличностных отношений и других психологических феноменов с использованием соответствующих методов клинико-психологического и экспериментально-психологического исследования;

составление развернутого структурированного психологического заключения и рекомендаций;

психолого-просветительская деятельность: распространение информации о роли психологических факторов в поддержании и сохранении психического и физического здоровья;

проектно-инновационная деятельность: выбор и применение клинико-психологических

технологий, позволяющих осуществлять решение новых задач в различных областях профессиональной практики;

специализация "Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях": взаимодействие со специалистами в области охраны психического здоровья, с работниками экспертных организаций и учреждений социальной защиты населения;

**2.4.4. Виды профессиональной деятельности, которые лежат в основе преподавания данной дисциплины:**

- I. Научно-исследовательская
- II. Психодиагностическая
- III. Психолого-просветительская
- IV. Проектно-инновационная

### 3. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

#### 3.1. Объем учебной дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестры		
		№ 4 часов	№ 5 часов	
<b>Аудиторные занятия (всего), в том числе:</b>	62	42	20	
Лекции (Л)	22	14	8	
Практические занятия (ПЗ),	40	28	12	
<b>Самостоятельная работа студента (СРС), в том числе:</b>	46	30	16	
<i>Реферат (Реф)</i>	4	2	2	
<i>Подготовка к занятиям(ПЗ)</i>	12	8	4	
<i>Подготовка к текущему контролю (ПТК))</i>	16	10	6	
<i>Подготовка к промежуточному контролю (ППК))</i>	14	10	4	
<b>Вид промежуточной аттестации</b>	зачет (З)	-	-	зачет
<b>ИТОГО: Общая трудоемкость</b>	час.	108	72	36
	ЗЕТ	3	2	1

**3.2.1 Разделы учебной дисциплины и компетенции, которые должны быть освоены при их изучении**

№	№ компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Темы разделов
1.	ПК-10	<b>Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования</b>	Здоровье как системное понятие.
2.	ОК-2, ПК-10		Теоретические основы психологии здоровья.
3.	ОК-2, ПК-10		Здоровье в культурно-историческом контексте.
4.	ОК-2, ПК-10		Античный и адаптационный подходы к здоровью.
5.	ОК-2, ПК-10		Антропоцентрический эталон: здоровье как всесторонняя самореализация.
6.	ОК-2, ПК-10		Модель здоровой личности.
7.	ОК-2, ПК-		Отношение к здоровью и здоровый образ жизни.

	10; ПК-14; ПК-11		
8.	ПК-10	<b>Здоровье и жизненный путь человека</b>	Здоровье и жизненный путь человека.
9.	ПК-10; ПК-14		Соматическое и психологическое здоровье в детском возрасте.
10.	ПК-10; ПК-14; ПК-11		Факторы сохранения и укрепления здоровья на поздних этапах онтогенеза.
11.	ПК-14; ПК-11; ПК-11		Проблема профессионального здоровья.

### 3.2.2. Разделы учебной дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы контроля

№	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ЛР	ПЗ	СРС	всего	
1)	4	<b>I. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования</b>	14	0	28	30	72	Блиц-опрос, реферат, групповая дискуссия, индивидуальное собеседование, письменное тестирование.
2)	5	<b>II. Здоровье и жизненный путь человека</b>	8	0	12	16	36	Реферат, дискуссии, круглый стол, блиц-опрос, индивидуальное собеседование, письменное тестирование, презентации.
3)	5	<b>Зачет</b>						Индивидуальное собеседование, метод проектов, зачет.
		<b>ИТОГО:</b>	22	0	40	46	108	

### 3.2.3. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (модуля)

№	Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)	Часы
<b>№ 4 семестра</b>		
<b>I. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования</b>		
1.	Здоровье как системное понятие.	2
2.	Теоретические основы психологии здоровья.	2
3.	Здоровье в культурно-историческом контексте.	2
4.	Античный и адаптационный подходы к здоровью.	2
5.	Антропоцентрический эталон: здоровье как всесторонняя самореализация.	2
6.	Модель здоровой личности.	2
7.	Отношение к здоровью и здоровый образ жизни.	2
<b>Итого часов в семестре</b>		<b>14</b>
<b>№ 5 семестра</b>		

<b>II. Здоровье и жизненный путь человека</b>		
8.	Здоровье и жизненный путь человека.	2
9.	Соматическое и психологическое здоровье в детском возрасте.	2
10.	Факторы сохранения и укрепления здоровья на поздних этапах онтогенеза.	2
11.	Проблема профессионального здоровья.	2
<b>Итого часов в семестре</b>		<b>8</b>
<b>Всего часов</b>		<b>22</b>

### 3.2.4. Название тем практических занятий и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (модуля)

<b>№</b>	<b>Название тем практических занятий учебной дисциплины (модуля)</b>	<b>Часы</b>
<b>№ 4 семестра</b>		
<b>I. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования</b>		
1.	Здоровье и болезнь как предмет психологического изучения.	4
2.	Здоровье как системное понятие. Комплексная оценка состояния здоровья: расчет коэффициента здоровья по Р.М. Баевскому.	4
3.	Теоретические основы психологии здоровья. Самооценка состояния (опросник нервно-психического напряжения Т.А. Немчина).	4
4.	Античный и адаптационный подходы к здоровью. Самооценка состояния (шкала оценки субъективной комфортности А. Леоновой, шкала дифференциальных эмоций А. Леоновой).	4
5.	Антропоцентрический эталон: здоровье как всесторонняя самореализация. Самооценка отношения к здоровью (Опросник «Отношение к здоровью» Р.А. Березовской).	4
6.	Здоровье в культурно-историческом контексте. Самооценка отношения к здоровью (Методика «Индекс отношения к здоровью» С. Дерябо и В. Ясвина).	4
7.	Модель здоровой личности. Самооценка здоровья («Опросник общего здоровья» М.Аргайла). Ресурсы здоровья (шкала оптимизма и активности Н.Е. Водопьяновой).	4
<b>Итого часов в семестре</b>		<b>28</b>
<b>№ 5 семестра</b>		
<b>II. Здоровье и жизненный путь человека</b>		
8.	Здоровье и жизненный путь человека.	2
9.	Соматическое и психологическое здоровье в детском возрасте.	4
10.	Факторы сохранения и укрепления здоровья на поздних этапах онтогенеза.	2
11.	Проблема профессионального здоровья и профессионального выгорания у представителей различных профессий.	4
<b>Итого часов в семестре</b>		<b>12</b>
<b>Всего часов</b>		<b>40</b>

### 3.3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

#### 3.3.1. Виды СРС

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)</b>	<b>Виды СРС</b>	<b>Всего часов</b>
<b>№ 4 семестра</b>			
<b>I. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования</b>			



1.	Здоровье как системное понятие	написание рефератов, подготовка к занятиям	4
2.	Теоретические основы психологии здоровья	написание рефератов, подготовка к занятиям	4
3.	Античный и адаптационный подходы к здоровью	написание рефератов, подготовка к занятиям	4
4.	Антропоцентрический эталон: здоровье как всесторонняя самореализация	написание рефератов, подготовка к занятиям, подготовка к текущему контролю	4
5.	Здоровье в культурно-историческом контексте	написание рефератов, подготовка к занятиям, подготовка к тестированию	4
6.	Модель здоровой личности	написание рефератов, подготовка к занятиям, подготовка к тестированию	4
7.	Отношение к здоровью и здоровый образ жизни	написание рефератов, подготовка к занятиям, подготовка к тестированию	6
<b>Итого часов в семестре</b>			<b>30</b>
<b>№ 5 семестра</b>			
<b>II. Здоровье и жизненный путь человека</b>			
8.	Здоровье и жизненный путь человека.	написание рефератов, подготовка к занятиям,	4
9.	Соматическое и психологическое здоровье в детском возрасте.	написание рефератов, подготовка к занятиям	4
10.	Факторы сохранения и укрепления здоровья на поздних этапах онтогенеза.	написание рефератов, подготовка к занятиям, подготовка к тестированию	4
11.	Проблема профессионального здоровья.	подготовка к занятиям, подготовка к промежуточной аттестации	4
<b>Итого часов в семестре</b>			<b>16</b>
<b>Всего часов</b>			<b>46</b>

### 3.3.2. Примерная тематика рефератов

#### № 4 семестра

1. Психологическая типология личности и здоровье.
2. Здоровье как философская проблема человеческого существования.
3. Социально-психологические факторы здоровья.
4. Геронтологические аспекты психического здоровья: факторы долголетия.
5. Сексуальное здоровье: мужская и женская сексуальность.
6. Концепция здоровья Н.М. Амосова.
7. Личность и наркотики.
8. Компьютерные зависимости.
9. Проективные тесты и их теоретические основания.

#### № 5 семестра

1. Методы психологической саморегуляции.
2. Проблема жизненного пути в работах отечественных ученых.
3. Факторы здорового образа жизни.
4. Факторы формирования внутренней картины здоровья.

5. Роль индивидуально-психологических факторов в формировании внутренней картины здоровья.
6. Сохранение здоровья на разных этапах профессионального развития.
7. Акме как вершина личного и профессионального развития личности.

### **3.3.3. Контрольные вопросы к зачету**

1. Психология здоровья как междисциплинарная область знания.
2. Психология здоровья: цели и задачи.
3. Объект и предмет психологии здоровья.
4. Базовые определения здоровья.
5. Внутренняя картина здоровья: базовые категории и способы формирования.
6. Понятие здоровья в Древней Греции.
7. Адаптационная модель здоровья.
8. Критерии здоровья в гуманистическом направлении психологии.
9. Социокультурные эталоны здоровья.
10. Национальные образы здоровья и болезни.
11. Черты здоровой личности.
12. Методы самооценки здоровья.
13. Здоровый образ жизни: основные критерии.
14. Методы диагностики отношения к здоровью.
15. Проективные методы в психологии здоровья.
16. Биопсихосоциальная модель здоровья.
17. Особенности профилактики и сохранения здоровья.
18. Жизненное самоопределение и здоровье.
19. Психологическая характеристика понятия «акме».
20. Психологические особенности «акме» на разных этапах зрелости.
21. Критерии психологического здоровья.

#### **Тестовые вопросы:**

**1. Это комплекс правил, установленных обществом. К ним относятся и образцы поведения, и определенные правила взаимодействия в социуме:**

- Функциональная норма
- Социальная норма
- Статистическая норма
- Групповая норма

**2. Замедление темпов возрастного развития, незначительное отставание в развитии психических качеств; снижение или отсутствие способности к получению, переработке, хранению, передаче информации, поступающей извне; диспропорциональность между направленной и спонтанной сторонами развития- это комплекс аспектов, указывающих на :**

- Нормальное развитие личности
- Патологическое развитие личности
- Дисморфофобическое развитие личности
- Не на что не указывает

**3. К какому виду эталонов относится данное высказывание. «Стремление к самоактуализации, творческая спонтанность, конгруэнтность (согласованность мыслей, чувств и действий), духовная автономия, целостность»**

- Античный
- Адаптационный
- Антропоцентрический
- Нет правильного ответа

**4. Активная игра. Заинтересованность в окружающем мире, развитие живого воображения проявляется в возрасте \_\_\_\_ лет.**

**5. Период оценки своей жизни. Характерное ощущение, что прожито не зря, забота о близких проявляется в возрасте \_\_\_\_\_ лет.**

**6. Активный поиск собственного места и направления на дальнейшее развитие. Собственное половое определение и отношение к форме поведения проявляется в возрасте \_\_\_\_\_ лет.**

**7. Термин, обозначающий очищение, искупление, желанное освобождение от хаоса:**

- Регуляция
- Деструкция
- Катарсис
- Гимнастика

**8. Автор «теории стресса»:**

- Г. Селье
- Э. Дюркгейм
- Уолтер Кеннон
- Иоган Шульц

**9. Представители социального подхода:**

- Э. Дюркгейм
- З. Фрейд
- Аристотель
- М. Вебер

**10. Основными источниками психопатологии и здоровья, по мнению Адлера, является чувство:**

- Собственного достоинства
- Солидарности
- Неполноценности
- Нет правильного ответа

**11. Согласно гуманистического подхода, причиной развития болезни является:**

- Эгоизм
- Любовь
- Инфантильность
- Внутренняя гармония

**12. По мнению Фромма она способствует обретению согласия человека с самим собой, с природой и обществом:**

- Свобода для
- Свобода от
- Свобода против
- Ваш вариант ответа \_\_\_\_\_

**13. С точки зрения данного философа обретение смысла (а обрести смысл можно только в обществе) возвращает человеку здоровье**

- А. Маслоу
- В. Франкл
- Э. Фромм
- Платон

**14. Достижение здоровья возможно посредством нахождения гармонии между социально-экономическими условиями жизни и собственной внутренней природой:**

- Биологический подход
- Гуманистический подход
- Психоаналитический подход
- Адаптационный подход

**15. Честность и ответственность за свои действия способствует:**

- Психологическому развитию

Регрессии  
Адаптации  
Уменьшению контактов

**16. Вставьте пропущенное слово: \_\_\_\_\_ - это достояние избранных, самых талантливых и незаурядных**

Богатство  
Здоровье  
Креативность  
Друзья

**17. Ввёл понятие- «полноценно функционирующая» личность.**

Э.Фромм  
К. Роджерс  
В.А. Ананьев  
В.Р. Бильданова

**18. Ананьев В.А. выделяет ряд уровней психологического здоровья ребенка, к ним относится:**

Физиологический уровень  
Креативный уровень  
Ассимилятивно-аккомодативный уровень  
Личностно- смысловой

**19. Вставьте пропущенное слово: \_\_\_\_\_ – это оптимальная статическая и динамическая согласованность частей, характеристик целого предмета и оптимальная соотносённость предмета с окружающим внешним миром.**

**20. Данный философ трактовал, что здоровье возможно при соразмерном смещении основных первоэлементов тела (крови, флегмы, желтой и черной желчи):**

Аристотель  
Платон  
Гиппократ  
К. Юнг

**21. Это процесс постоянного духовного развития, процесс формирования духовных потребностей и процесс их удовлетворения:**

Социальное бытие  
Витальное бытие  
Духовное бытие  
Нет правильного ответа

**22. Таблица Шульте применяется для исследования:**

Речи  
Внимания  
Памяти  
Гнозиса

**23. Методика суицидального поведения подростков (С.А. Беличева, модификация опросника Айзенка) применяется для исследования:**

Социального здоровья  
Внутрисемейных конфликтов  
Дизгормонии личности  
Ваш вариант ответа \_\_\_\_\_ -

**24. Оценка функционального состояния дыхательной системы:**

Проба Штанге  
Проба Генчи  
Проба Серкина  
Проба Клиппеля

25. \_\_\_\_\_ — это особое отношение личности к своему здоровью, которое выражается в осознании его ценности и активно-позитивном стремлении к его совершенствованию.

### 3.4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### 3.4.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

№ п/п	№ семестра	Виды контроля	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Оценочные средства		
				Форма	Кол-во вопросов в задании	Кол-во независимых вариантов
1.	4, 5	Текущий	Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования; Здоровье и жизненный путь человека	Реферат Работа в малых группах Блиц-опрос Собеседование Групповая дискуссия	1 1 1 1 1	По количеству студентов
2.	5	Промежуточный	Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования; Здоровье и жизненный путь человека	Тест Собеседование Работа в малых группах Зачет	25 1 1 21	2

#### 3.4.2. Примеры оценочных средств:

##### 4 семестр

для текущего контроля (ТК)	Реферат: «Здоровье как философская проблема человеческого существования»
	Блиц-опрос: «Дайте базовые определения здоровья»
	Групповая дискуссия: «Античный и адаптационный подходы к здоровью»

##### 5 семестр

для текущего контроля (ТК)	Реферат: «Методы психологической саморегуляции»
	Блиц-опрос: «Перечислите факторы здорового образа жизни»
для промежуточного контроля (ПК)	Работа в малых группах: проект по всем изученным темам «Важные критерии, составляющие, содержательные единицы в определении понятия «Здоровье»».
	Индивидуальное собеседование: «Подведение итогов изучения дисциплины психология здоровья»
	Зачет: контрольные вопросы к зачету

### 3.5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### 3.5.1. Основная литература

№	Наименование	Автор (ы)	Год, место издания	Кол-во экземпляров	
				в библиотеке	на кафедре
1.	Здоровьесберегающие технологии в образовании : учеб. пособие для акад. бакалав. / - 2-е изд., испр. и доп.	Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косовано	М. : Юрайт, 2018. - 241, [1] с.	2 экз.	

		ва			
2.	Психология здоровья : учебник / 2-е изд., испр. и доп.	В. И. Петрушина, Н. В. Петрушина	М. : Юрайт, 2019. - 431 с. URL: <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	Неогр.д.	
3.	Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учеб. пособие [Электронный ресурс]	Л. А. Байкова	М. : Юрайт, 2019. - 216 с. URL: <a href="https://www.urait.ru/">https://www.urait.ru/</a>	Неогр.д.	
4.	Медицинская психология : учебник [Электронный ресурс]	Ю.Г. Фролова	Минск : "Вышэйшая школа", 2016. - 431 с. URL: <a href="http://studentlibrary.ru">http://studentlibrary.ru</a>	Неогр.д.	
5.	Психология здоровья: учеб. пособие для высшей школы (электронный ресурс)	Секач М.Ф.	Москва: Академический Проект, 2015.– 192 с. –URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/36750.html">http://www.iprbookshop.ru/36750.html</a> . – ЭБС «IPRbooks»	Неогр.д.	

### 1.5.2. Дополнительная литература

№	Наименование	Автор (ы)	Год, место издания	Кол-во экземпляров	
				в библиотеке	на кафедре
1.	Технологии сохранения и укрепления психического здоровья: учеб. пособие [Электронный ресурс]	Б. В. Овчинников, Г. П. Костюк, И. Ф. Дьяконов	СПб: СпецЛит, 2010. - 303 с. URL: <a href="http://books-up.ru">http://books-up.ru</a>	Неогр.д.	
2.	Философия здоровья: от лечения к профилактике и здоровому образу жизни [Электронный ресурс]	Клочкова Е.В.	М. : Теревинф, 2015. - <a href="http://www.studentlibrary.ru">http://www.studentlibrary.ru</a>	Неогр.д.	
3.	Перинатология и перинатальная психология : учеб. пособие [Электронный ресурс]	И. А. Кельмансон	СПб. : СпецЛит, 2015. - 343 с. URL: <a href="http://books-up.ru/">http://books-up.ru/</a>	Неогр.д.	
4.	Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний: учеб. пособие [Электронный ресурс]	под ред. Н. Д. Ющука, И. В. Маева, К. Г. Гуревича	М.: Практика, 2015. - 416 с. URL: <a href="http://books-up.ru">http://books-up.ru</a>	Неогр.д.	
5.	Анатомия здорового и нездорового образа жизни [Электронный ресурс]	И. В. Гайворонский, П. К. Яблонский, Г. И.	СПб. : СпецЛит, 2014. - 182 с. URL: <a href="http://books-up.ru">http://books-up.ru</a>	Неогр.д.	

		Ничипорук			
6.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (электронный ресурс)	Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботялов М.А.	Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2010.– 214 с.–URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/4144">http://www.iprbookshop.ru/4144</a> .–ЭБС «IPRbooks», по паролю	Неогр.д.	
7.	Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества	Отв. ред. Журавлев А.Л., Воловикова М.И., Галкина Т.В.	М.: Институт психологии РАН, 2014. – 318 с. –URL: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927002948.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927002948.html</a>	Неогр.д.	
8.	Психология здоровья: учеб. пособие (электронный ресурс)	Фролова Ю.Г.	Минск: Вышэйшая школа, 2014. – 256 с.– URL: <a href="http://studentlibrary.ru">http://studentlibrary.ru</a>	Неогр.д.	
9.	Психология и культура здоровья. Базовые понятия, концепции и подходы: учеб. пособие (электронный ресурс)	Васильева О.С.	Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2011. – 176 с. –URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/47105.html">http://www.iprbookshop.ru/47105.html</a> ; <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789850623522.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789850623522.html</a>	Неогр.д.	
10	Психология личности пожилых людей и лиц с ограниченными возможностями: учеб. пособие (электронный ресурс)	Краснова О.В., Галасюк И.Н., Шинина Т.В.	СПб.: КАРО, 2011. – 320 с. –URL: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785992506365.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785992506365.html</a>	Неогр.д.	
11	Клиническая психология: Учебник для вузов. 4-е изд.	Карвасарский, Б. Д.	Санкт-Петербург: Питер, 2011. – 864 с. – URL: <a href="https://www.klex.ru/1bm">https://www.klex.ru/1bm</a>	Неогр.д.	
12	Психология профессионального здоровья: Учебник для вузов (электронный ресурс)	Под.ред. Никифорова Г.С.	СПб.: Питер, 2006. – 607 с.–URL: <a href="https://www.booksmed.com/psixiatriya-psixologiya/559-psixologiya-zdorovya-nikiforov-uchebnik.html">https://www.booksmed.com/psixiatriya-psixologiya/559-psixologiya-zdorovya-nikiforov-uchebnik.html</a>	Неогр.д.	

**Базы данных, информационные справочные и поисковые системы  
Ресурсы БИЦ**

1. «Электронно-библиотечная система «Консультант студента» <http://www.studentlibrary.ru/>

2. Электронная библиотечная система «Букап» <http://books-up.ru/>
3. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека online» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
4. Электронная библиотека авторов ТГМУ в Электронной библиотечной системе «Руконт»
5. <http://lib.rucont.ru/collections/89>
6. Электронно-библиотечная система elibrary (подписка) <http://elibrary.ru/>
7. Medline with Full Text <http://web.b.ebscohost.com/>
8. БД «Статистические издания России» <http://online.eastview.com/>
9. ЭБС «Лань» <http://www.e.lanbook.ru>
10. ЭБС «Юрайт» <http://www.biblio-online.ru/>
11. БД Scopus <https://www.scopus.com>
12. БД WoS <http://apps.webofknowledge.com/WOS>
13. Springer Nature <https://link.springer.com/>
14. Springer Nano <https://nano.nature.com/>
15. ScienceDirect <https://www.sciencedirect.com/>

### **Ресурсы открытого доступа**

1. Cyberleninka <https://cyberleninka.ru/>
2. НОРА — «Национальный агрегатор открытых репозиторий российских университетов» <https://openrepository.ru/uchastniki>
3. ГИС «Национальная электронная библиотека» НЭБ с виртуальным читальным залом диссертаций РГБ <https://rusneb.ru/>
4. Федеральная служба государственной статистики <https://www.gks.ru/>
5. Официальный интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru/>
6. «Консультант Плюс» <http://www.consultant.ru/>
7. EBSCO Open Dissertations™ <https://biblioboard.com/opendissertations/>
8. PubMed <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
9. Freedom Collection издательства Elsevier <http://www.sciencedirect.com/>
10. «Wiley Online Library» <https://onlinelibrary.wiley.com/>
11. BioMed Central <https://www.biomedcentral.com/>
12. PubMed Central <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/>

### **3.6. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины (модуля)**

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

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочим учебным программам дисциплин (модулей).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

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

### **3.7 Перечень информационных технологий, используемых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю), программного обеспечения и информационно-справочных систем.**



### **Наименование программного обеспечения:**

1. Polycom Telepresence M100 Desktop Conferencing Application (ВКС)
2. SunRay Software Tester
3. "Диалог NIBELUNG" программно-цифровой лингафонный кабинет
4. Kaspersky Endpoint Security
5. 7-PDF Split & Merge
6. ABBYY FineReader
7. Microsoft Windows 7
8. Microsoft Office Pro Plus 2013
9. CorelDRAW Graphics Suite
10. 1С: Университет
11. Math Type Mac Academic
12. Math Type Academic
13. Adobe Creative Cloud (Photoshop, Illustrator, InDesign, Acrobat Pro и др.)
14. Autodesk AutoCAD LT
15. Система антикоррупционной диагностики "Акорд"
16. Диагностика и коррекция стресса
17. Экспресс диагностика суицидального риска "Сигнал"
18. Мониторинг трудовых мотивов
19. Аудиовизуальная стимуляция "Групповой"
20. INDIGO
21. Microsoft Windows 10
22. Гарант

### **3.8. Разделы учебной дисциплины (модуля) и междисциплинарные связи с последующими дисциплинами**

№	Наименование последующих дисциплин	Разделы данной дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин	
		1	2
1.	Когнитивно-бихевиоральная психотерапия	+	+
2.	Теории личности в клинической психологии	+	+
3.	Расстройства личности	+	+

### **4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Обучение складывается из аудиторных занятий (62 час.), включающих лекционный курс и практические занятия, и самостоятельной работы (46 час.). Основное учебное время выделяется на практическую работу по психодиагностике здоровья и определению характеристик здоровой личности.

При изучении учебной дисциплины (модуля) необходимо использовать современные научные разработки по данной теме и освоить практические умения применения теоретических основ и принципов психологии здоровья в деятельности клинического психолога.

Практические занятия проводятся в виде: групповых дискуссий по темам занятий: «Здоровье как системное понятие», «Теоретические основы психологии здоровья», «Античный и адаптационный подходы к здоровью» и др.; ответов на тестовые задания; реализации метода малых групп по актуализации определенного комплекса знаний, который необходимо усвоить при их разрешении, например: «Определение факторов формирования внутренней картины здоровья», «Определение значимых факторов здорового образа жизни»;

ролевых игр при изучении теорий здоровой личности: «Концепция здоровья Н.М. Амосова», «Концепция здоровья В.А. Ананьева»; презентаций защиты рефератов; творческой групповой работы по специфике профессиональной деятельности клинического психолога; практических навыков психодиагностического исследования.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО в учебном процессе широко используются активные формы проведения занятий: метод малых групп; проблемная лекция; ролевые игры при изучении теорий здоровой личности: «Концепция здоровья Н.М. Амосова», «Концепция здоровья В.А. Ананьева»; метод групповой дискуссии; метод проектов; подготовка мультимедийных презентаций.

Самостоятельная работа студентов подразумевает подготовку докладов, рефератов, творческих работ, подготовку проектов, презентаций и включает подготовку по главным темам дисциплины психология здоровья.

Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине психология здоровья и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СРС).

Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам Университета и кафедры.

По каждому разделу учебной дисциплины разработаны методические рекомендации для студентов «Психология здоровья» и методические указания для преподавателей «Психология здоровья».

Во время изучения учебной дисциплины студенты самостоятельно проводят анализ учебной литературы, оформляют доклады, проекты, творческие работы, рефераты и представляют их на практических занятиях.

Написание реферата, творческих работ по специфике профессиональной деятельности клинического психолога способствуют формированию практических профессиональных навыков (умений) и профессионального психологического становления студента – специалистом, клиническим психологом.

Работа студента в группе формирует чувство коллективизма и коммуникабельность.

Обучение студентов способствует воспитанию у них навыков общения с клиентами. Самостоятельная работа с клиентами способствует формированию профессионального психологического поведения, аккуратности, дисциплинированности.

Исходный уровень знаний студентов определяется тестированием, текущий контроль усвоения предмета определяется устным опросом в ходе занятий, во время психологических разборов ситуаций, при решении типовых заданий и ответах на тестовые задания.

В конце изучения учебной дисциплины (модуля) проводится промежуточный контроль знаний с использованием тестового контроля, проверкой практических умений и знаний путем решения типовых заданий и работы в малых группах.

Обучение по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется организацией с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Вопросы по учебной дисциплине (модулю) включены в Государственную итоговую аттестацию выпускников.