

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

_____ И.И. Готовцев

_____ 2020 г.

Психология здоровья
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Педагогики и психологии**

Учебный план 1. 49.03.01 ФК ФО 3++(бакалавры)_готовый.plx
Направление 49.03.01 Физическая культура

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 30
самостоятельная работа 41,8

Виды контроля в семестрах:
зачеты 3

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
	УП	РП	УП	РП
Неделя	15 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	15	15	15	15
Практические	15	15	15	15
Контактная работа на промежуточную аттестацию	0,2	0,2	0,2	0,2
Итого ауд.	30	30	30	30
Контактная работа	30,2	30,2	30,2	30,2
Сам. работа	41,8	41,8	41,8	41,8
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

Ст. препода, *Попова Мария Васильевна* _____

Рецензент(ы):

Рабочая программа дисциплины

Психология здоровья

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 16.10.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.01 Физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2018 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Педагогики и психологии

Протокол от _____ 2020 г. № ____

Срок действия программы: 2020-2026 уч.г.

Зав. кафедрой Макарова Татьяна Алексеевна

Председатель УМС

_____ 2020 г.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС Коркин Е.В.

__ _____ 2021 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2021-22 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2021 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС

__ _____ 2022 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2022 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС

__ _____ 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2023 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС

__ _____ 2024 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2024 г. № __
Зав. кафедрой

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью дисциплины является подготовка студентов к оказанию психологической поддержки ребенку, отбору и использованию здоровьесберегающих психолого-педагогических технологий, проведению целенаправленной работы по сохранению и укреплению психического и психологического здоровья детей, повышению их психологической культуры.
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДЭ.03
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Анатомия человека
2.1.2	Философия
2.1.3	Безопасность жизнедеятельности
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Педагогика физической культуры
2.2.2	Спортивная психология
2.2.3	Физиология человека
2.2.4	Психология физической культуры
2.2.5	Педагогическая
2.2.6	Социальная психология
2.2.7	Физиология спорта
2.2.8	Тренерская практика

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-1: Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

Знать:

Уровень 1	не знает особенности системного подхода в научном познании, основные технологии поиска и сбора информации, технологию систематизации полученной информации, информационно-поисковые системы и базы данных, требования к оформлению библиографии (списка литературы)
Уровень 2	не достаточно хорошо знает особенности системного подхода в научном познании, основные технологии поиска и сбора информации, технологию систематизации полученной информации, информационно-поисковые системы и базы данных, требования к оформлению библиографии (списка литературы)
Уровень 3	хорошо знает особенности системного подхода в научном познании, основные технологии поиска и сбора информации, технологию систематизации полученной информации, информационно-поисковые системы и базы данных, требования к оформлению библиографии (списка литературы)

Уметь:

Уровень 1	не умеет работать с информацией, представленной в различной форме, синтезировать информацию, представленную в различных источниках, использовать контент электронной информационно-образовательной среды, анализировать информационные ресурсы, обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода
Уровень 2	не достаточно хорошо работать с информацией, представленной в различной форме, синтезировать информацию, представленную в различных источниках, использовать контент электронной информационно-образовательной среды, анализировать информационные ресурсы, обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода
Уровень 3	- не умеет работать с информацией, представленной в различной форме, синтезировать информацию, представленную в различных источниках, использовать контент электронной информационно-образовательной среды, анализировать информационные ресурсы, обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода. - не достаточно хорошо работать с информацией, представленной в различной форме, синтезировать информацию, представленную в различных источниках, использовать контент электронной информационно-образовательной среды, анализировать информационные ресурсы, обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода. - хорошо умеет работать с информацией, представленной в различной форме, синтезировать информацию, представленную в различных источниках, использовать контент электронной информационно-образовательной среды, анализировать информационные ресурсы, обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода. хорошо умеет работать с информацией, представленной в различной форме, синтезировать информацию,

	представленную в различных источниках, использовать контент электронной информационно-образовательной среды, анализировать информационные ресурсы, обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода
Владеть:	
Уровень 1	не владеет персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета, использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование)
Уровень 2	не достаточно хорошо владеет персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета, использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование)
Уровень 3	владеет хорошо персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета, использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование)

ПК-2: Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки

Знать:	
Уровень 1	не знает основные категории понятия психологической науки; функции психики, психологические особенности людей разного возраста и пола, социально-психические особенности групп людей, психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей; приемы общения специалиста по физической культуре с коллективом занимающихся и с каждым индивидуумом и межличностного общения в коллективе; иметь представление о мотивации и психической регуляции поведения и деятельности, о методах педагогического и психологического контроля состояния занимающихся
Уровень 2	не достаточно хорошо знает основные категории понятия психологической науки; функции психики, психологические особенности людей разного возраста и пола, социально-психические особенности групп людей, психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей; приемы общения специалиста по физической культуре с коллективом занимающихся и с каждым индивидуумом и межличностного общения в коллективе; иметь представление о мотивации и психической регуляции поведения и деятельности, о методах педагогического и психологического контроля состояния занимающихся
Уровень 3	хорошо знает основные категории понятия психологической науки; функции психики, психологические особенности людей разного возраста и пола, социально-психические особенности групп людей, психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей; приемы общения специалиста по физической культуре с коллективом занимающихся и с каждым индивидуумом и межличностного общения в коллективе; иметь представление о мотивации и психической регуляции поведения и деятельности, о методах педагогического и психологического контроля состояния занимающихся
Уметь:	
Уровень 1	не умеет использовать в своей деятельности профессиональную лексику; с позиции достижения психолого-педагогической науки и передовой практики изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью и использовать полученную информацию при построении и планировании занятий
Уровень 2	- не достаточно хорошо использует в своей деятельности профессиональную лексику; с позиции достижения психолого-педагогической науки и передовой практики изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью и использовать полученную информацию при построении и планировании занятий
Уровень 3	хорошо использует в своей деятельности профессиональную лексику; с позиции достижения психолого-педагогической науки и передовой практики изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью и использовать полученную информацию при построении и планировании занятий
Владеть:	
Уровень 1	не владеет навыками исследования группой структуры и динамических процессов в группе, различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; навыками написания психологической характеристики личности, формирования интерпретации собственного состояния; владеть навыками простейшей психической саморегуляции
Уровень 2	не достаточно хорошо владеет навыками исследования группой структуры и динамических процессов в группе, различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; навыками написания психологической характеристики личности, формирования интерпретации собственного состояния; владеть навыками простейшей психической саморегуляции
Уровень 3	хорошо владеет навыками исследования группой структуры и динамических процессов в группе, различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; навыками написания психологической характеристики личности, формирования интерпретации собственного состояния; владеть навыками простейшей психической саморегуляции

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	ПС 01.001. «Педагог»
3.1.2	A/01.6
3.1.3	- разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде.
3.1.4	A/03.6
3.1.5	- владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных зависимостей, особенностей поведения, состояния психического и физического здоровья.
3.1.6	- формировать детско-взрослые сообщества.
3.1.7	
3.1.8	ПС 05.003 «Тренер»
3.1.9	A/01.5
3.1.10	- возрастная и специальная педагогика и психология.
3.1.11	- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.
3.1.12	B/01.5
3.1.13	- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта.
3.1.14	B/02.5
3.1.15	- психологические особенности обучающихся с учетом возраста и основы возрастной педагогики;
3.1.16	C/01.5
3.1.17	- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах тренировочного этапа (по виду спорта).
3.1.18	D/01.6
3.1.19	- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта).
3.1.20	E/01.6
3.1.21	- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах этапа высшего спортивного мастерства.
3.2	Уметь:
3.2.1	ПС 01.001. «Педагог»
3.2.2	A/01.6
3.2.3	- основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траектории жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики.
3.2.4	A/03.6
3.2.5	- законы развития личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития;
3.2.6	- основы психодиагностики и основные признаки отклонения в развитии детей.
3.2.7	- закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологических особенностей и закономерностей развития детских и подростковых сообществ;
3.2.8	- социально-психологические особенности и закономерности развития детско-взрослых сообществ.
3.2.9	ПС 05.003 «Тренер»
3.2.10	A/02.5
3.2.11	- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, гигиена, медицинской помощи.
3.2.12	B/01.5
3.2.13	- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой поступающего в группу начальной подготовки;
3.2.14	C/03.5
3.2.15	- повышать спортивную мотивацию и волю к победе обучающегося – участника спортивных соревнований.
3.2.16	E/01.6
3.2.17	- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации.
3.2.18	F/02.6
3.2.19	- повышать спортивную мотивацию и волю к победе спортсмена – участника спортивных соревнований.

3.3	Владеть:
3.3.1	ПС 01.001. «Педагог»
3.3.2	A/02.6
3.3.3	- проектирование ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка).
3.3.4	- развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся здорового и безопасного образа жизни.
3.3.5	- формирование толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде.
3.3.6	A/03.6
3.3.7	- выявление в ходе наблюдения поведенческих и личностных проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития;
3.3.8	- освоение и применение психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными контингентами учащихся: одаренные дети, социально уязвимые дети, дети, попавшие в трудные жизненные ситуации, дети-мигранты, дети-сироты, дети с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.), дети с ограниченными возможностями здоровья, дети с девиациями поведения, дети с зависимостью.
3.3.9	- применение инструментария и методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития ребенка.
3.3.10	
3.3.11	ПС 05.003 «Тренер»
3.3.12	A/02.5
3.3.13	- проведение с обучающимися лекций и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, гигиены, первой доврачебной помощи
3.3.14	C/01.5
3.3.15	- консультирование обучающихся и их родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся относительно порядка зачисления и тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).
3.3.16	C/03.5
3.3.17	- психолого-методическая поддержка обучающихся в период соревнований.
3.3.18	D/02.6
3.3.19	- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.
3.3.20	D/03.6
3.3.21	- обеспечение психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований.
3.3.22	- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте пакт.	Примечание
	Раздел 1.						
1.1	Введение в психологию здоровья. /Лек/	3	2	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	

1.2	Введение в психологию здоровья. /Пр/	3	2	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.3	Введение в психологию здоровья. /Ср/	3	8	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.4	Здоровье как системное понятие. /Лек/	3	2	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.5	Здоровье как системное понятие. /Пр/	3	2	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.6	Здоровье как системное понятие. /Ср/	3	8	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	

1.7	Психология здорового образа жизни. /Лек/	3	4	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.8	Психология здорового образа жизни. /Пр/	3	4	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.9	Психология здорового образа жизни. /Ср/	3	10	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.10	Жизненный путь человека и его здоровье. /Лек/	3	2	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.11	Жизненный путь человека и его здоровье. /Пр/	3	2	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	

1.12	Жизненный путь человека и его здоровье. /Ср/	3	8	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.13	Психология профессионального здоровья. /Лек/	3	5	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.14	Психология профессионального здоровья. /Пр/	3	5	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.15	Психология профессионального здоровья. /Ср/	3	7,8	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.16	/Лек/	3	0	УК-1 ПК-2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.16Л3.1 Л3.2	0	
1.17	/КрАт/	3	0,2	УК-1 ПК-2		0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Примерный список зачетных вопросов.

1. Предмет и задачи психологии здоровья как науки.
2. Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками.
3. Теоретическое и практическое значение психологии здоровья для общества.
4. Практическое приложение психологии здоровья для профессиональной деятельности клинического психолога.
5. История становления и современное состояние психологии здоровья как отрасли психологической науки.
6. Понятие и концепции болезней.
7. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры.
8. Понятие и виды здоровья.
9. Факторы здоровья.
10. Характеристика здоровья с позиций системного подхода.
11. Физическое и психическое здоровье.
12. Критерии психического здоровья.
13. Здоровье как социальный феномен.
14. Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья.
15. Психологическая устойчивость личности.
16. Социальное здоровье.
17. Духовное здоровье и культура.
18. Проблема здоровья в гендерном аспекте.
19. Понятие и характеристика здорового образа жизни.
20. Отношение к здоровью и болезни.
21. Основы сексуального здоровья.
22. Профилактическая наркология.
23. Психическая саморегуляция и здоровье.
24. Влияние особенностей перинатального развития на здоровье человека.
25. Программы ранней помощи для детей от рождения до трех лет.
26. Внутренняя картина здоровья детей и подростков.
27. Психическое здоровье студентов.
28. Работоспособность как критерий профессионального здоровья. Факторы профессиональной работоспособности.
29. Профессиональная реабилитация. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека.
30. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления.

5.2. Темы письменных работ

Примерная тематика рефератов:

1. Идея системности в толковании понятия «здоровье». Системный подход, сформулированный В.Ф. Ломовым.
2. Психосоматический подход к исследованию здоровья.
3. Критерии психического здоровья.
4. Психическое равновесие.
5. Комплексный подход к оценке психического здоровья в отечественной психологии.
6. Комплексный подход к оценке психического здоровья в зарубежной психологии.
7. Самоуправление и психическое здоровье.
8. Сознательный и целенаправленный характер процессов психического самоуправления.
9. Самоуправление и саморегулирование. Этапы самоуправления.
10. Йога и здоровье.
11. Йога как психологическое учение.
12. Состояние здоровья как причина эмоционального дискомфорта.
13. Зарубежные и отечественные подходы к исследованию эмоционального выгорания.
14. Методы преодоления профессионального выгорания.
15. Возможности профилактики профессионального выгорания.
16. Возможности и предпосылки повышения качества жизни путем самореализации и социальной активности человека.
17. Физические особенности человека и их влияние на его поведение в обществе.

5.3. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, описание шкал оценивания;
- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Фонд оценочных средств прилагается к рабочей программе дисциплины как приложение.

5.4. Перечень видов оценочных средств

К перечню видов оценочных средств за ходом и качеством усвоения студентами данной дисциплины относятся следующие виды:

Текущий контроль – проводится систематически с целью установления уровня овладения студентами учебного материала в течение семестра.

К формам текущего контроля относятся: проверка составленной библиографии по темам дисциплины; проверка конспектирования по темам, проверка рефератов; подготовка к семинарским занятиям; устный опрос. Выполнение этих работ является обязательным для всех студентов, а результаты являются основанием для выставления оценок (баллов) текущего контроля.

Промежуточный контроль – оценка уровня освоения материала по самостоятельным разделам дисциплины. Проводится в заранее определенные сроки. Проводится после освоения студентами каждого раздела дисциплины. В качестве форм контроля данной дисциплины выступают:

- самостоятельная разработка студентами по разделам итоговой работы и защитой в виде доклада;
- итоговый анализ по практическим занятиям;
- разработка методологической основы по выбранной теме в рамках дисциплины, для более глубокого его освоения.

Итоговый контроль – оценка уровня освоения дисциплины по окончании ее изучения. К итоговому контролю относится зачет.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Яковлев Б. П., Бабушкин Г. Д., Науменко Е. А., Сальников В. А., Апокин В. В., Бабушкин Е. Г., Шумилин А. П., Яковлев Б. П., Бабушкин Г. Д.	Психология физической культуры: Учебник	Москва: Издательство «Спорт», 2016
Л1.2	Попова И. А., Хайбуллин Ю. В.	Психология физической культуры и спорта: Практикум	Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019
Л1.3	Штейнмец А.Э.	Общая психология: учебное пособие	М.: "Академия", 2014
Л1.4	Авдулова Т.П., Гавриченко О.В., Гармаева Т.В.	Возрастная психология: учебное пособие	М.: "Академия", 2014
Л1.5	Находкин В.В.	Психология спорта и деятельность спортивного психолога: рекомендовано региональным уч-метод. центром ВУЗа	Якутск, 343с.: Издательско-полиграфический комплекс СВФУ, 2011

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Гиссен Л. Д.	Психология и психогигиена в спорте: Учебное пособие	Москва: Советский спорт, 2010
Л2.2	Загайнов Р. М.	Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: Монография	Москва: Советский спорт, 2010
Л2.3	Загайнов Р. М.	Психология современного спорта высших достижений. Записки практического психолога спорта	Москва: Советский спорт, 2012
Л2.4	Иванов А. А.	Психология чемпиона. Работа спортсмена над собой	Москва: Советский спорт, 2012
Л2.5	Иванов А. А.	Психология чемпиона. Работа спортсмена над собой	Москва: Издательство «Спорт», 2016
Л2.6	Смоленцева В. Н.	Психология взаимодействия в спорте: Учебно-методическое пособие для вузов физической культуры	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015
Л2.7	Сафонов В. К.	Психология спортсмена. Слагаемые успеха	Москва: Издательство «Спорт», 2017
Л2.8	Серова Л. К., Терехина Р. Н.	Психология личности спортивного тренера	Москва: Издательство «Спорт», 2019
Л2.9	Бабушкин Г. Д., Яковлев Б. П.	Спортивная психология. Психологические методики в системе подготовки спортсменов к соревнованиям: Учебное пособие	Саратов: Вузовское образование, 2020
Л2.10	Довжик Л. М., Бочавер К. А.	Психология спортивной травмы: Монография	Москва: Издательство «Спорт», 2020

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.11	Иванов А.А.	Психология чемпиона.Работа спортсмена над собой: учебное пособие	М.: Советский спорт, 2012
Л2.12	Загайнов Р.М.	Психология современного спорта высших достижений: Записки практического психолога спорта: учебное пособие	М.: Советский спорт, 2012
Л2.13	Артамонова Е.И.	Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: учебное пособие	М.: "Академия", 2011
Л2.14	Гребенникова Н.В., Гурова Е.В., Захарова Е.И.	Психология семьи: учебник	М.: "Академия", 2014
Л2.15	Прокопьева М.М., Находкина М.Д.	Психология семьи: учеб.пособие для студ.выш.учеб.заведений	Якутск: Издат.дом СВФУ, 2013
Л2.16	Мандель Б. Р	Психология зависимостей (аддиктология): учеб. пособие [для студентов вузов]	ИНФРА-М, 2015

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Явловская П.Е.	Психология: методические указания	, 2013
Л3.2	Попова М.В.	Психология физической культуры: учебно-методический комплекс	, 2013

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Microsoft Office 2010
6.3.1.2	ЭО moodle
6.3.1.3	Windows 10
6.3.1.4	Adobe Reader
6.3.1.5	opera

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Научная электронная библиотека
6.3.2.2	Электронно-библиотечная система
6.3.2.3	электронная библиотека ЧГИФКИС
6.3.2.4	Международная электронная энциклопедия "Википедия"
6.3.2.5	Поисковая система "Google"

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Лекционный зал №3	Учебная аудитория		Учебная аудитория для занятий лекционного типа (доска, проектор, экран, мультимедийный комплекс). Учебная мебель: рабочее место преподавателя, рабочие

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Кабинет №220	Педагогики и психологии		Учебная аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации (доска,

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Лаборатория №105.	Кабинет информатики		Мультимедийный зал отдела выдачи учебной литературы для самостоятельной работы с выходом сеть интернет. Оборудование: системный блок LED- 10 шт, Монитор АОС

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Основной целью преподавания данной дисциплины, является выработка у студентов осознания важности, необходимости и полезности знания дисциплины для дальнейшей работы их специалистами в профессиональном сфере.
Рабочей программой дисциплины предусмотрена самостоятельная работа студентов. Самостоятельная работа студентов – важнейшая составная часть занятий, необходимая для полного усвоения программы курса.

Целью самостоятельной работы является закрепление и углубление занятий, полученных студентами на лекциях, подготовке к текущим семинарским занятиям, промежуточным формам контроля знаний (тестированию) и к итоговой аттестации. Самостоятельная работа способствует формированию у студентов навыков работы с литературой, развитию культуры умственного труда и поискам в приобретении новых знаний. Самостоятельная работа включает те разделы курса, которые не получили достаточного освещения на лекциях по причине ограниченности лекционного времени и большого объема изучаемого материала. Отсюда следует, что без серьезной систематической самостоятельной работы получить требуемую теоретическую и практическую подготовку невозможно.

К текущему контролю знаний по данной дисциплине относится написание студентом реферата.

При его написании необходимо опираться на следующие критерии.

Критерии оценки реферата.

Реферат – это краткое изложение в письменном виде или в форме публичного доклада содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Это самостоятельная научно-исследовательская работа студента, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание реферата должно быть логичным; изложение материала носит проблемно-тематический характер. Тематика рефератов обычно определяется преподавателем, но в определении темы инициативу может проявлять и студент.

Прежде, чем выбрать тему реферата, автору необходимо уточнить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы поработать, более глубоко ее изучить.

Структура реферата:

- план-оглавление;
- введение (постановка проблемы, объяснение выбора темы, ее значения, актуальности, определение цели и задач реферата, краткая характеристика используемой литературы);
- основная часть (каждая проблема или части одной рассматриваются в отдельных разделах реферата и являются логическим продолжением друг друга);
- заключение (выводы автора, область применения результатов работы);
- список литературы.
- план работы;
- систематизация полученных сведений;
- выводы и обобщения

Этапы работы над рефератом

1. Формулирование темы, которая должна быть не только актуальной по своему значению, но и оригинальной, интересной по содержанию.
2. Подбор и изучение основных источников по теме (как правильно, при разработке реферата используется не менее 8–10 различных источников).
3. Составление списка литературы.
4. Обработка и систематизация информации.
5. Разработка плана реферата.
6. Написание реферата.
7. Публичное выступление с результатами исследования.

Указание студентам по написанию и оформлению реферата:

- Выбрав тему реферата, студент должен зарегистрировать ее у преподавателя..
- Литературу по теме студент должен подобрать самостоятельно по имеющемуся в библиотеке каталогу. Количество литературных источников должно быть не менее пяти. Список литературы должен быть составлен по правилам библиографии.
- Реферат обязательно должен иметь план. В плане должно быть от трех до пяти пунктов, введение и заключение.
- Студент должен самостоятельно раскрыть содержание всех вопросов, предусмотренных планом, на основании описания, анализа и обобщения данных, полученных при использовании литературных источников, сформулировать выводы, вытекающие из содержания реферата.
- Реферат должен быть выполнен на бумаге формата А4; работа может быть написана от руки или выполнена на компьютере.

Анализируя реферат, проверьте свою работу по следующим критериям:

Новизна текста:

- актуальность темы исследования;
- новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта известной проблемы, в установлении новых связей – межпредметных, внутрипредметных, интегративных;
- наличие авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений;
- стилевое единство текста, единство жанровых черт.

Степень раскрытия сути вопроса:

- соответствие плана теме реферата;
- соответствие содержания теме и плану реферата;
- полнота и глубина раскрытия основных понятий темы;
- обоснованность способов и методов работы с материалом;

- умение работать с исследованиями, критической литературой; умение систематизировать и структурировать материал;
- умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу.

Обоснованность выбора источников:

- полнота использования работ по проблеме, привлечение наиболее известных исследований, последних статистических данных и т.д.

Соблюдение требований к оформлению:

- насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы;
- оценка грамотности и культуры изложения, владение терминологией;
- соблюдение требований к объему реферата и культура оформления.

Объем реферата обычно зависит от содержания и находится в примерных пределах 25-40 рукописных страниц или 15-20 печатных. В объем не включается приложение.

К промежуточному контролю знаний относится самостоятельная разработка студентами по разделам итоговой работы и защитой в виде доклада.

При его разработке необходимо опираться на следующие критерии.

Критерии оценки доклада.

Доклад — это вид самостоятельной работы, используется на учебных и внеклассных занятиях, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает критически мыслить. При написании доклада работу начинают, как правило, с того, что составляют план, подбирают основные источники. В процессе работы с источниками систематизируют полученные сведения, делают выводы и обобщения. К докладу по крупной теме могут привлекаться несколько студентов, между которыми распределяются вопросы выступления. В настоящее время доклады, подготовленные в ученых заведениях, по содержанию практически ничем не отличаются от рефератов и являются зачётной работой студента.

Требования к выполнению доклада

Студенту предоставляется время для выступления в сумме 15 минут: 10 минут - доклад, 5 минут - ответы на вопросы.

Студент предоставляет доклад в форме компьютерной презентации, выполненной в MS Power Point.

Для надежности желательно, чтобы доклады были записаны на двух стандартных носителях информации (CD/R, Flash-drive).

Студенты обеспечиваются только проекторами для компьютерных презентаций. Доклад сопровождается показом слайдов компьютерной презентации.

Презентация должна иметь первый титульный слайд, содержащий полное название доклада, ФИО автора и научного руководителя, полное название организации (ВУЗа) с названием кафедры, город, год.

Необходимо, чтобы на втором слайде была четко сформулирована решаемая задача.

Несколько слайдов должны описывать решение. Последний слайд должен содержать краткие выводы из работы.

Особое внимание к подготовке доклада, рассчитанного именно на 10 минут.

Критерии оценки доклада

Изложенное понимание доклада как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: новизна текста; обоснованность выбора источника; степень раскрытия сущности вопроса; соблюдения требований к оформлению.

Новизна текста:

- актуальность темы исследования;
- новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных);
- умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал;
- явленность авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений;
- стилевое единство текста, единство жанровых черт.

Степень раскрытия сущности вопроса:

- соответствие плана теме доклада;
- соответствие содержания теме и плану доклада;
- полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом;
- умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме).

Обоснованность выбора источников:

- оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.)

Соблюдение требований к оформлению:

- насколько, верно, оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы;
- оценка грамотности и культуры изложения (в т.ч. орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение терминологией;
- соблюдение требований к объёму доклада.