



Автономная некоммерческая образовательная организация  
высшего образования  
«Воронежский экономико-правовой институт»  
(АНОО ВО «ВЭПИ»)



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.09 Психология здоровья субъектов образовательного процесса  
(наименование дисциплины (модуля))

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) Психолог в сфере образования  
(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника Бакалавр  
(наименование квалификации)

Форма обучения очная, очно-заочная  
(очная, очно-заочная, заочная)

Рекомендована к использованию филиалами АНОО ВО «ВЭПИ»

Воронеж 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839, учебным планом образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата 37.03.01 Психология, направленность (профиль) Психолог в сфере образования.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии.

Протокол от « 15 » сентября 20 20 г. № 3

Заведующий кафедрой



Л.В. Абдалина

Разработчики:

Профессор



Л.В. Абдалина

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Психология здоровья субъектов образовательного процесса» является формирование у обучающихся способности осуществлять приемы и методы психологического просвещения субъектов образовательного процесса для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата

Дисциплина «Психология здоровья субъектов образовательного процесса» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины (модули)».

Для освоения данной дисциплины (модуля) необходимы результаты обучения, полученные в предшествующих дисциплинах «Физическая культура и спорт», «Педагогика», «Учебная практика (учебно-ознакомительная практика)».

Перечень последующих дисциплин (модулей) и практик, для которых необходимы результаты обучения, полученные в данной дисциплине (модуле): «Основы нейропсихологии», «Основы патопсихологии», «Методика преподавания психологии», «Основы методического обеспечения работы педагога-психолога», «Психотехнологии профилактики отклоняющегося поведения», «Психология девиантного поведения», «Арт педагогика и арт терапия в работе педагога-психолога», «Общая физическая подготовка», «Здоровый образ жизни и здоровьесбережение», производственная практика (педагогическая практика).

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с установленными в образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата индикаторами достижения компетенций

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: роль и значение занятий физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; Уметь: использовать методы и средства физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; Владеть: способами и приемами сохранения физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
	ИУК-7.2. . Использует основы физической культуры для осознанного	Знать: основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий; Уметь: поддерживать должный уровень физической

	<p>выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>подготовленности в целях профилактики различных заболеваний.</p> <p>Владеть: здоровьесберегающими технологиями с учетом внутренних и внешних условий реализации социальной и профессиональной деятельности</p>
<p>ПК-2. Способен разрабатывать программы развития универсальных учебных действий, программ воспитания и социализации обучающихся и воспитанников, коррекционных программ</p>	<p>ИПК-2.1. Знает методы организационно-методического сопровождения программ развития, воспитания и социализации, коррекционных программ</p>	<p>Знать: методы организационно-методического сопровождения программ развития, воспитания в целях укреплении здоровья, социализации обучающихся и воспитанников.</p> <p>Уметь: применять методы организационно-методического сопровождения программ развития, воспитания в целях укреплении здоровья, социализации обучающихся и воспитанников.</p> <p>Владеть: навыками реализации методов организационно-методического сопровождения программ развития, воспитания в целях укреплении здоровья, социализации обучающихся и воспитанников.</p>
	<p>ИПК-2.2. Разрабатывает психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, обеспечивающей развития универсальных учебных действий, программы воспитания и социализации обучающихся, воспитанников, коррекционные программы</p>	<p>Знать: психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, обеспечивающей развития универсальных учебных действий</p> <p>Уметь: Разрабатывать психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, программы воспитания и социализации обучающихся, воспитанников, коррекционные программы</p> <p>Владеть: навыками реализации психологических рекомендаций по проектированию образовательной среды, обеспечивающей развития универсальных учебных действий.</p>
<p>ПК-4. Способен осуществлять информирование субъектов образовательного процесса о факторах, препятствующих развитию личности детей, воспитанников и обучающихся и мерах по оказанию им различного вида психологической помощи</p>	<p>ИПК-4.1. Знает формы и направления, приемы и методы психологического просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся</p>	<p>Знать: формы и направления, приемы и методы психологического просвещения с учетом факторов, препятствующих развитию личности детей, воспитанников и обучающихся.</p> <p>Уметь: осуществлять информирование субъектов образовательного процесса просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся .</p> <p>Владеть: методами психологического просвещения субъектов образовательного процесса по профилактике различных заболеваний и оказанию им различного вида психологической помощи.</p>
	<p>ИПК-4.2. Разрабатывает и реализует программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся</p>	<p>Знать: приемы и методы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся;</p> <p>Уметь: разрабатывать программы повышения психологической компетентности в целях укрепления здоровья субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся;</p> <p>Владеть: навыками реализации программы повышения психологической компетентности в целях укрепления здоровья субъектов образовательного процесса, работающих с</p>

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Структура дисциплины (модуля)

4.1.1. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы по очной форме обучения:

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			№ 3
			часов
Контактная работа (всего):		34	34
В том числе:			
Лекции (Л)		17	17
Практические занятия (Пр)		17	17
Лабораторная работа (Лаб)		-	-
Самостоятельная работа обучающихся (СР)		47	47
Промежуточная аттестация	Форма промежуточной аттестации	Э	Э
	Количество часов	63	63
Общая трудоемкость дисциплины (модуля)	Часы	144	144
	Зачетные единицы	4	4

4.1.2. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы по очно-заочной форме обучения:

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			№ 4
			часов
Контактная работа (всего):		36	36
В том числе:			
Лекции (Л)		18	18
Практические занятия (Пр)		18	18
Лабораторная работа (Лаб)			
Самостоятельная работа обучающихся (СР)		63	63
Промежуточная аттестация	Форма промежуточной аттестации	Э	Э
	Количество часов	45	45
Общая трудоемкость дисциплины (модуля)	Часы	144	144
	Зачетные единицы	4	4

##### 4.2. Содержание дисциплины (модуля):

4.2.1. Содержание дисциплины (модуля) по очной форме обучения:

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 1. Введение в научную проблематику психологии здоровья.	УК-7. ИУК-7.1.	2	2	-	5	работа с литературой, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема 2. Нормативно-правовое регулирование в части охраны здоровья субъектов образовательного процесса	ПК-4. ИПК-4.1.	2	2	-	6	подготовка к опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема 3 Психология здорового образа жизни: понятие, факторы, критерии	ПК-2 ИПК-2.1.	2	2	-	6	подготовка к опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема 4 Психологическое здоровье субъектов образовательного процесса	ПК-4. ИПК-4.1.	2	2	-	6	подготовка к устному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема 5. Организационные основы процесса сохранения психологического здоровья в образовательной среде	ПК-2 ИПК-2.2.	2	2	-	6	подготовка к письменному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема 6. Психологический стресс и синдром профессионального выгорания	ПК-4. ИПК-4.2.	2	2	-	6	подготовка к устному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат,
Тема 7. Сексуальная культура и здоровье	ПК-4. ИПК-4.2.	2	2	-	6	подготовка к письменному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема8. Здоровьесберегающие технологии и современная система образования	УК-7. ИУК-7.2.	3	3	-	6	подготовка к устному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>		17	17	-	47		63

Тема 1. Общее введение в научную проблематику психологии здоровья (9ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Сущность дефиниции «валеологии» как науки. Общие подходы к определению здоровья в работах современных авторов. Анализ основных понятий, предмета, объекта и задач исследования психологии здоровья. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования. Функции, критерии и компоненты здоровья. Субъективные и объективные составляющие здоровья. Генетические, экологические, психологические факторы.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Сущность дефиниции «валеологии» как науки.
2. Общие подходы к определению здоровья в работах современных авторов.
3. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования.
4. Функции, критерии и компоненты здоровья.
5. Экологические факторы. Медицинское обеспечение.
6. Адаптационные резервы организма
7. Биологическое и социальное в природе человека
8. Хронобиология суточного режима

Тема 2. Нормативно-правовое регулирование в части охраны здоровья субъектов образовательного процесса – (10 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Нормативные документы и правовые акты. Федеральные и региональные программы регулирования в части охраны здоровья субъектов образовательного процесса. Система обеспечения охраны здоровья субъектов образовательного процесса. Международные организации, обеспечивающие охрану здоровья субъектов образовательного процесса.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Виды нормативных документов и правовых актов.
2. Международные организации, обеспечивающие охрану здоровья субъектов образовательного процесса.
3. Система обеспечения и регулирования в части охраны здоровья субъектов образовательного процесса.
4. Федеральные требования к образовательным организациям в части охраны здоровья обучающихся.

Тема 3. Психология здорового образа жизни: понятие, факторы, критерии (10ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Современное определение здоровья человека. Основные модели и сущностные признаки здоровья, группы здоровья. Положение здоровья в иерархии основных потребностей человека. Мотивация здорового образа жизни: как и с помощью чего этого добиться, физиологические основы здорового образа жизни. Современная концепция здорового образа жизни: основные факторы, определяющие образ жизни человека, составляющие ЗОЖ. Формирование стиля здорового образа жизни. Системы оздоровления.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Мотивация здорового образа
2. Формирование стиля здорового образа жизни.
3. Системы оздоровления.
4. Основные модели и сущностные признаки здоровья, группы здоровья.

Тема 4. Психологическое здоровье субъектов образовательного процесса - (10ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Психологическое здоровье на витальном уровне жизнедеятельности. Черты психологически здоровой личности по В.А. Ананьеву. Уровни психологического здоровья обучающихся по В.А. Ананьеву. Субъективные и объективные составляющие психологического здоровья личности. Функции, критерии и компоненты определяющие психологическое здоровье. Критерии нормы и патологии психологического здоровья личности. Признаки психологического здоровья личности. Психологическое здоровье социального уровня. Психологическое здоровье экзистенциального уровня в рамках учебного процесса. Психологическое здоровье обучающихся и образовательный процесс. Психологическое здоровье педагога и его влияние на учебный процесс.

Практические занятия – 2ч.

Контрольные вопросы:

1. Черты психологически здоровой личности по В.А. Ананьеву

2. Уровни психологического здоровья обучающихся по В.А. Ананьеву.

3. Функции, критерии и компоненты, определяющие психологическое здоровье.

4. Критерии нормы и патологии психологического здоровья личности.

5. Психологическое здоровье обучающихся и образовательный процесс.

Тема 5. Организационные основы процесса сохранения психологического здоровья в образовательной среде - (10 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Психолого-педагогическое обеспечение субъектов образовательного процесса. Сохранение психологического здоровья субъектов образовательного процесса. Создание доброжелательного климата в школе. Создание психолого-педагогических условий в образовательном учреждении для формирования образованной конкурентно способной личности. Раннее вмешательство в кризисной ситуации. Действия в ситуациях психологической травмы у обучающихся. Посткризисное сопровождение. Профилактика кризисных состояний, суицидального поведения, наркологической патологии.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Что означает конструктивное и деструктивное взаимодействие?

2. Межличностные взаимоотношения и их влияние на здоровье человека.

3. Манипуляция способы противостояния манипулятивному воздействию.

4. Условия в образовательном учреждении для формирования образованной конкурентно способной личности.

5. Действия в ситуациях психологической травмы у обучающихся.

6. Профилактика кризисных состояний.

Тема 6. Психологический стресс и синдром профессионального выгорания - (10 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Значение изучения механизмов стресса и профессионального выгорания. Ключевые положения теории стресса. Современные положения теории стресса. Стрессогенные факторы «помогающих» профессий. Симптомы профессионального выгорания. Причины возникновения профессионального выгорания. Группы риска людей наиболее подвержены профессиональному выгоранию. Правила психологического самосохранения в профессиональной деятельности. Основные направления и методы пропаганды здорового образа жизни.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Механизмов стресса.

2. Механизмы профессионального выгорания.

3. Ключевые положения теории стресса.
4. Ключевые положения теории стресса.
5. Современные положения теории стресса.
6. Симптомы профессионального выгорания
7. Причины возникновения профессионального выгорания
8. Правила самосохранения.

#### Тема 7. Сексуальная культура и здоровье – (10 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Понятия «сексуальная культура», «сексуальное здоровье». Сексология как наука, краткий исторический обзор ее становления и развития. Физиология и патология репродукции. Половое воспитание и просвещение в нашей стране.

Гендер и здоровье (тенденции в здоровье мужчин и женщин). Социально-политические условия, влияющие на планирование семьи, роль государства в укреплении семьи и сохранении здоровья женщин. Контрацепция.

Гармония и дисгармония сексуальных отношений. Профилактика сексуальных дисгармоний. Модели поведенческих изменений в свете проблемы ВИЧ/СПИДа.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Понятия «сексуальная культура», «сексуальное здоровье».
2. Сексология как наука, краткий исторический обзор ее становления и развития.
3. Физиология и патология репродукции.
4. Половое воспитание и просвещение в нашей стране.
5. Контрацепция.
6. Профилактика сексуальных дисгармоний.
7. Модели поведенческих изменений в свете проблемы ВИЧ/СПИДа.
8. Количественные и качественные основы сексуальности
9. Социально-психологические проблемы семьи.

#### Тема 8. Здоровьесберегающие технологии и современная система образования. – (12 ч.)

Лекции – 3ч. Содержание Понятие о профилактике. Основные ее принципы и виды. Принципы здоровьесберегающей технологии. Организационно-педагогические технологии, психолого-педагогические технологии, учебно-воспитательные технологии. Принципы и отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий. Медико-гигиенические технологии. Физкультурно-оздоровительные технологии. Экологические здоровьесберегающие технологии. Эмоционально - поведенческое пространство здоровьесбережения в образовательном учреждении. Культурологическое здоровьесберегающее пространство. Здоровьесберегающая организация

учебного процесса. Порядок использования (применения) технологии в практической профессиональной деятельности.

Практические занятия – 3 ч.

Контрольные вопросы:

1. Принципы здоровьесберегающей технологии
2. Классификация здоровьесберегающих образовательных технологий
3. Здоровьесберегающая организация учебного процесса.
4. Порядок использования (применения) технологии в практической профессиональной деятельности.

4.2.2. Содержание дисциплины (модуля) по очно-заочной форме обучения:

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 1. Введение в научную проблематику психологии здоровья.	УК-7. ИУК-7.1.	2	2	-	7	работа с литературой, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема 2. Нормативно-правовое регулирование в части охраны здоровья субъектов образовательного процесса	ПК-4. ИПК-4.1.	2	2	-	8	подготовка к опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема 3 Психология здорового образа жизни: понятие, факторы, критерии	ПК-2 ИПК-2.1.	2	2	-	8	подготовка к опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема 4 Психологическое здоровье субъектов образовательного процесса	ПК-4. ИПК-4.1.	2	2	-	8	подготовка к устному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 5. Организационные основы процесса сохранения психологического здоровья в образовательной среде	ПК-2 ИПК-2.2.	2	2	-	8	подготовка к письменному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема 6. Психологический стресс и синдром профессионального выгорания	ПК-4. ИПК-4.2.	2	2	-	8	подготовка к устному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат,
Тема 7. Сексуальная культура и здоровье	ПК-4. ИПК-4.2.	2	2	-	8	подготовка к письменному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
Тема8. Здоровьесберегающие технологии и современная система образования	УК-7. ИУК-7.2.	4	4	-	8	подготовка к устному опросу, подготовка реферата	опрос, реферат
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>		18	18	-	63		45

Тема 1. Общее введение в научную проблематику психологии здоровья (11 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Сущность дефиниции «валеологии» как науки. Общие подходы к определению здоровья в работах современных авторов. Анализ основных понятий, предмета, объекта и задач исследования психологии здоровья. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования. Функции, критерии и компоненты здоровья. Субъективные и объективные составляющие здоровья. Генетические, экологические, психологические факторы.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

9. Сущность дефиниции «валеологии» как науки.
10. Общие подходы к определению здоровья в работах современных авторов.
11. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования.

12. Функции, критерии и компоненты здоровья.
13. Экологические факторы. Медицинское обеспечение.
14. Адаптационные резервы организма
15. Биологическое и социальное в природе человека
16. Хронобиология суточного режима

Тема 2. Нормативно-правовое регулирование в части охраны здоровья субъектов образовательного процесса – (12 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Нормативные документы и правовые акты. Федеральные и региональные программы регулирования в части охраны здоровья субъектов образовательного процесса. Система обеспечения охраны здоровья субъектов образовательного процесса. Международные организации, обеспечивающие охрану здоровья субъектов образовательного процесса.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Виды нормативных документов и правовых актов.
2. Международные организации, обеспечивающие охрану здоровья субъектов образовательного процесса.
3. Система обеспечения и регулирования в части охраны здоровья субъектов образовательного процесса.
4. Федеральные требования к образовательным организациям в части охраны здоровья обучающихся.

Тема 3. Психология здорового образа жизни: понятие, факторы, критерии (12 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Современное определение здоровья человека. Основные модели и сущностные признаки здоровья, группы здоровья. Положение здоровья в иерархии основных потребностей человека. Мотивация здорового образа жизни: как и с помощью чего этого добиться, физиологические основы здорового образа жизни. Современная концепция здорового образа жизни: основные факторы, определяющие образ жизни человека, составляющие ЗОЖ. Формирование стиля здорового образа жизни. Системы оздоровления.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Мотивация здорового образа
2. Формирование стиля здорового образа жизни.
3. Системы оздоровления.
4. Основные модели и сущностные признаки здоровья, группы здоровья.

Тема 4. Психологическое здоровье субъектов образовательного процесса - (12 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Психологическое здоровье на витальном уровне жизнедеятельности. Черты психологически здоровой личности по В.А. Ананьеву. Уровни психологического здоровья обучающихся по В.А. Ананьеву. Субъективные и объективные составляющие психологического здоровья личности. Функции, критерии и компоненты определяющие психологическое здоровье. Критерии нормы и патологии психологического здоровья личности. Признаки психологического здоровья личности. Психологическое здоровье социального уровня Психологическое здоровье экзистенциального уровня в рамках учебного процесса. Психологическое здоровье обучающихся и образовательный процесс. Психологическое здоровье педагога и его влияние на учебный процесс.

Практические занятия – 2ч.

Контрольные вопросы:

1. Черты психологически здоровой личности по В.А. Ананьеву
2. Уровни психологического здоровья обучающихся по В.А. Ананьеву.
3. Функции, критерии и компоненты, определяющие психологическое здоровье.
4. Критерии нормы и патологии психологического здоровья личности.
5. Психологическое здоровье обучающихся и образовательный процесс.

Тема 5. Организационные основы процесса сохранения психологического здоровья в образовательной среде - (12 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Психолого-педагогическое обеспечение субъектов образовательного процесса. Сохранение психологического здоровья субъектов образовательного процесса. Создание доброжелательного климата в школе. Создание психолого-педагогических условий в образовательном учреждении для формирования образованной конкурентно способной личности. Раннее вмешательство в кризисной ситуации. Действия в ситуациях психологической травмы у обучающихся. Посткризисное сопровождение. Профилактика кризисных состояний, суицидального поведения, наркологической патологии.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Что означает конструктивное и деструктивное взаимодействие?
2. Межличностные взаимоотношения и их влияние на здоровье человека.
3. Манипуляция способы противостояния манипулятивному воздействию.
4. Условия в образовательном учреждении для формирования образованной конкурентно способной личности.
5. Действия в ситуациях психологической травмы у обучающихся.
6. Профилактика кризисных состояний.

Тема 6. Психологический стресс и синдром профессионального выгорания - (12 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Значение изучения механизмов стресса и профессионального выгорания. Ключевые положения теории стресса. Современные положения теории стресса. Стрессогенные факторы «помогающих» профессий. Симптомы профессионального выгорания. Причины возникновения профессионального выгорания. Группы риска людей наиболее подвержены профессиональному выгоранию. Правила психологического самосохранения в профессиональной деятельности. Основные направления и методы пропаганды здорового образа жизни.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Механизмов стресса.
2. Механизмы профессионального выгорания.
3. Ключевые положения теории стресса.
4. Ключевые положения теории стресса.
5. Современные положения теории стресса.
6. Симптомы профессионального выгорания
7. Причины возникновения профессионального выгорания
8. Правила самосохранения.

Тема 7. Сексуальная культура и здоровье – (12 ч.)

Лекции – 2 ч. Содержание: Понятия «сексуальная культура», «сексуальное здоровье». Сексология как наука, краткий исторический обзор ее становления и развития. Физиология и патология репродукции. Половое воспитание и просвещение в нашей стране.

Гендер и здоровье (тенденции в здоровье мужчин и женщин). Социально-политические условия, влияющие на планирование семьи, роль государства в укреплении семьи и сохранении здоровья женщин. Контрацепция.

Гармония и дисгармония сексуальных отношений. Профилактика сексуальных дисгармоний. Модели поведенческих изменений в свете проблемы ВИЧ/СПИДа.

Практические занятия – 2 ч.

Контрольные вопросы:

1. Понятия «сексуальная культура», «сексуальное здоровье».
2. Сексология как наука, краткий исторический обзор ее становления и развития.
3. Физиология и патология репродукции.
4. Половое воспитание и просвещение в нашей стране.
5. Контрацепция.
6. Профилактика сексуальных дисгармоний.
7. Модели поведенческих изменений в свете проблемы ВИЧ/СПИДа.
8. Количественные и качественные основы сексуальности

## 9. Социально-психологические проблемы семьи.

Тема 8. Здоровьесберегающие технологии и современная система образования. – (16 ч.)

Лекции – 4ч. Содержание Понятие о профилактике. Основные ее принципы и виды. Принципы здоровьесберегающей технологии. Организационно-педагогические технологии, психолого-педагогические технологии, учебно-воспитательные технологии. Принципы и отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий. Медико-гигиенические технологии. Физкультурно-оздоровительные технологии. Экологические здоровьесберегающие технологии. Эмоционально - поведенческое пространство здоровьесбережения в образовательном учреждении. Культурологическое здоровьесберегающее пространство. Здоровьесберегающая организация учебного процесса. Порядок использования (применения) технологии в практической профессиональной деятельности.

Практические занятия – 4 ч.

Контрольные вопросы:

1. Принципы здоровьесберегающей технологии
2. Классификация здоровьесберегающих образовательных технологий
3. Здоровьесберегающая организация учебного процесса.
4. Порядок использования (применения) технологии в практической профессиональной деятельности.

## 5. Оценочные материалы дисциплины (модуля)

Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю).

## 6. Методические материалы для освоения дисциплины (модуля)

Методические материалы для освоения дисциплины (модуля) представлены в виде учебно-методического комплекса дисциплины (модуля).

## 7. Перечень учебных изданий, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№ п/п	Библиографическое описание учебного издания	Используется при изучении разделов (тем)	Режим доступа
1	Байкова, Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учебное пособие для вузов / Л. А. Байкова. — 2-е изд.,	1-8	<a href="https://urait.ru/bcode/495073">https://urait.ru/bcode/495073</a>

	испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10465-3.		
2	Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович ; под общей редакцией Р. И. Айзмана. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 207 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12545-0.	1-8	<a href="https://urait.ru/bcode/496332">https://urait.ru/bcode/496332</a>

## **8. Перечень электронных образовательных ресурсов, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

### 8.1. Электронные образовательные ресурсы:

№ п/п	Наименование	Гиперссылка
1.	Министерство науки и высшего образования Российской Федерации:	<a href="https://www.minobrnauki.gov.ru">https://www.minobrnauki.gov.ru</a>
2.	Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки:	<a href="http://obrnadzor.gov.ru/ru/">http://obrnadzor.gov.ru/ru/</a>
3.	Федеральный портал «Российское образование»:	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> .
4.	Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»:	<a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>
5.	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов:	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
6.	Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов:	<a href="http://fcior.edu.ru/">http://fcior.edu.ru/</a>
7.	Электронно-библиотечная система «IPRbooks»:	<a href="http://www.IPRbooks.ru/">http://www.IPRbooks.ru/</a>
8.	Электронная библиотечная система Юрайт:	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>
9.	База данных электронных журналов:	<a href="http://www.iprbookshop.ru/6951.html">http://www.iprbookshop.ru/6951.html</a>

### 8.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

№ п/п	Наименование	Гиперссылка (при наличии)
1.	Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным	<a href="http://www.mchs.gov.ru/">http://www.mchs.gov.ru/</a>

	ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий	
2.	Федеральный образовательный портал по Основам безопасности жизнедеятельности	<a href="http://www.obzh.ru/">http://www.obzh.ru/</a>
3.	Электронный словарь ABBYY Lingvo	<a href="http://www.lingvo.ru/">http://www.lingvo.ru/</a>

### 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

№ п/п	Наименование помещения	Перечень оборудования и технических средств обучения	Состав комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства
1	304 Учебная аудитория для проведения учебных занятий	Доска классная, проектор, проекционный экран, персональный компьютер, баннеры	<p>1С:Предприятие 8 Сублицензионный договор от 27.07.2017 № ЮС-2017-00498</p> <p>Операционная система Windows Акт приемки-передачи неисключительного права № 9751 от 09.09.2016.</p> <p>Лицензия Dream Spark Premium Electronic Software Delivery (5 years) Renewal</p> <p>Справочно-правовая система «КонсультантПлюс» Договор от 01.09.2020 № 75-2020/RDD</p> <p>Справочно-правовая система «Гарант» Договор от 05.11.2014 № СК6030/11/14</p> <p>Microsoft Office 2007 Сублицензионный договор от 12.01.2016 № Вж_ПО_123015-2016.</p> <p>Лицензия Office Std 2016 RUS OLP NL Acdmc</p> <p>Антивирус ESET NOD32 Сублицензионный договор от 27.07.2017 № ЮС-2017-00498</p> <p>LibreOffice Свободно распространяемое программное обеспечение</p> <p>7-Zip Свободно распространяемое программное обеспечение</p>

№ п/п	Наименование помещения	Перечень оборудования и технических средств обучения	Состав комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства
			отечественного производства
2	238 Учебная аудитория для проведения учебных занятий	<p>Телевизор, видеоплеер, персональный компьютер, музыкальный центр, диван, 2 кресла, флип-чарт, 7 парт, 16 стульев, ковёр, 6 книжных шкафов, 2 шкафа, 9 наглядно-учебных пособий, учебно-методическая литература, психодиагностический инструментарий: тест Векслера, тест «Кубики Коса», тест детской апперцепции (САТ), мотивационная готовность к школьному обучению, рисуночный тест Силвера, тест Сонди, «HEND-тест», личностный опросник MMPI, профориентационная компьютерная система «Выбор», тест юмористических фраз, методика экспресс-диагностики функционального состояния и работоспособности человека», психодиагностическая компьютерная система «Статус», интеллектуальный тест Р. Кеттелла, цветовой тест М. Люшера, фрустрационный тест С. Розенцвейга, методика экспресс-диагностики «Сигнал», методика исследования социального интеллекта Дж. Гилфорда, методика рисуночных метафор «Жизненный путь»; баннеры</p>	<p>1С:Предприятие 8 Сублицензионный договор от 27.07.2017 № ЮС-2017-00498</p> <p>Операционная система Windows Акт приемки-передачи неисключительного права № 9751 от 09.09.2016.</p> <p>Лицензия Dream Spark Premium Electronic Software Delivery (5 years) Renewal</p> <p>Справочно-правовая система «КонсультантПлюс» Договор от 01.09.2020 № 75-2020/RDD</p> <p>Справочно-правовая система «Гарант» Договор от 05.11.2014 № СК6030/11/14</p> <p>Microsoft Office 2007 Сублицензионный договор от 12.01.2016 № Вж_ПО_123015-2016.</p> <p>Лицензия Office Std 2016 RUS OLP NL Acdmc</p> <p>Антивирус ESET NOD32 Сублицензионный договор от 27.07.2017 № ЮС-2017-00498</p> <p>LibreOffice Свободно распространяемое программное обеспечение</p> <p>7-Zip Свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства</p>
3	332 Учебная аудитория для проведения учебных занятий	Мебель (парта ученическая, стол преподавателя, стулья, доска учебная); баннеры	

№ п/п	Наименование помещения	Перечень оборудования и технических средств обучения	Состав комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства
4	314 Учебная аудитория для проведения учебных занятий	Рабочее место преподавателя (стол, стул); мебель ученическая; доска для письма мелом; баннеры; трибуна для выступлений	
5	Компьютерный холл Аудитория для самостоятельной работы обучающихся	Персональные компьютеры с подключением к сети Интернет	<p>1С:Предприятие 8 Сублицензионный договор от 27.07.2017 № ЮС-2017-00498</p> <p>Операционная система Windows Акт приемки-передачи неисключительного права № 9751 от 09.09.2016.</p> <p>Лицензия Dream Spark Premium Electronic Software Delivery (5 years) Renewal</p> <p>Справочно-правовая система «КонсультантПлюс» Договор от 01.09.2020 № 75-2020/RDD</p> <p>Справочно-правовая система «Гарант» Договор от 05.11.2014 № СК6030/11/14</p> <p>Microsoft Office 2007 Сублицензионный договор от 12.01.2016 № Вж_ПО_123015-2016.</p> <p>Лицензия Office Std 2016 RUS OLP NL Acdmc</p> <p>Антивирус ESET NOD32 Сублицензионный договор от 27.07.2017 № ЮС-2017-00498</p> <p>LibreOffice Свободно распространяемое программное обеспечение</p> <p>7-Zip Свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства</p>

### Лист регистрации изменений к рабочей программе дисциплины (модуля)

№ п/п	Дата внесения изменений	Номера измененных листов	Документ, на основании которого внесены изменения	Содержание изменений	Подпись разработчика рабочей программы
1.	31.08.2021	16-17	Договор от № 4574 от 19.04.2021 на оказание услуг по предоставлению доступа к образовательной платформе. Договор № 7764/21 от 25.03.2021 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронной библиотечной системе.	Актуализация литературы	
2.	31.08.2021	16-17	Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата): Приказ Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839	Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем, комплекта лицензионного программного обеспечения	
3.	31.08.2022	16-17	Договор с ООО «Вузовское образование» от 25.03.2021 № 7764/21 Договор с ООО «Электронное издательство Юрайт» от 23.06.2022 № 5343	Актуализация литературы	
4.	31.08.2022	17-18	Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата): Приказ Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839	Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем, комплекта лицензионного программного обеспечения	

5.	31.08.2023	16-17	Договор с ООО «Вузовское образование» от 25.03.2021 № 7764/21 Лицензионный договор с ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» от 23.06.2022 № 5343	Актуализация литературы	
6.	31.08.2023	17-18	Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата): Приказ Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839	Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем, комплекта лицензионного программного обеспечения	