

*Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Северо-Осетинский государственный университет
имени Коста Левановича Хетагурова»*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАМА ДИСЦИПЛИНЫ
«Психопрофилактика и психогигиена»**

Направление/специальность 37.03.01 Психология

Квалификация (степень) выпускника – бакалавр

Форма обучения очно-заочная

Владикавказ

2022

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению 37.03.01 Психология, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29.07.2020 г. № 839, учебным планом подготовки бакалавра по направлению 37.03.01 Психология, направленность (профиль) «Психология», утвержденным ученым советом ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова» (протокол от 31.05.2022 г. № 13).

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры психологии
(протокол № 8 от 24.02.2022 г.)

Зав. кафедрой психологии _____ М.З. Худалова

Одобрена Советом психолого-педагогического факультета
(протокол № 9 от 28.02.2022 г.)

Председатель Совета факультета _____



Является 1. Структура и общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачётные единицы. (108 час.).

	Очно-заочная Форма обучения
Курс	2
Семестр	3
Лекции	16
Практические занятия	30
Лабораторные занятия	-
Консультации	
Итого аудиторных занятий	46
Самостоятельная работа	62
Курсовая работа	-
Зачет	+
Экзамен	-
Общее количество часов	108 час.

2. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Психопрофилактика и психогигиена» является изучить проблему обеспечения, сохранения, укрепления и поддержания психического здоровья человека путем соответствующей организации природной и социальной среды, образа жизни и трудовой деятельности, предупреждения возникновения и развития психических расстройств (заболеваний), кроме того, освоение понятия о психогигиене и психопрофилактическом информационном обеспечении психического здоровья человека.

3. Место дисциплины в структуре ОПОП:

Дисциплина «Психопрофилактика и психогигиена» относится к дисциплинам Блок 1. Дисциплины (модули) . Обязательная часть . Б1.О.14.

4. Требования к результатам освоения дисциплины

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины.

В результате изучения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями (результатами освоения образовательной программы):

Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера (ОПК-5).

Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине с формируемыми компетенциями ОПОП:

Компетенции		Планируемые результаты обучения, соответствующие формируемым компетенциям ОПОП		
Код	Формулировка			
		Знать:	Уметь	Владеть:
ОПК-5	Способен выполнять организационную и техническую	способы выполнения организационной и технической	выполнять организационную и техническую работу в	навыками выполнения организационной и технической

	работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера	работы в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера	реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера	работы в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера
--	--	--	---	--

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, преподавание дисциплин (модулей) в форме курсов, составленных на основе результатов научных исследований, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

5. Содержание и учебно-методическая карта дисциплины

Таблица 5.1

Номер недели	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа студентов		Формы контроля	Литература
		л	пр	Содержание	Часы		
1	Введение в психогигиену Предмет и задачи психогигиены. Связь психогигиены с другими науками. Разделы психогигиены. Методы психогигиены. Понятие об уровнях практической психогигиены (по Л.В. Куликову): национальный, организационный, семейный, личностный.	2	2	Структура и современное состояние психогигиены. Обыденная психология и психогигиена. Психогигиена как часть общей гигиены. Психологический контекст психогигиенических проблем	4	Устный опрос	1,3,5
2	Введение в психопрофилактику Краткая история развития психопрофилактики. Психопрофилактика, определение, содержание, разделы. Уровни психопрофилактики. Связь психопрофилактики и психогигиены.	2	2	Психическое здоровье как основа физического и эмоционального самочувствия. Функции практического психолога и виды оказания психологической помощи	4	Устный опрос	1,3,5,8
3	Психическое здоровье и его нарушения Понятие психического здоровья, его критерии. Уровни и формы психического здоровья. Нарушения психического здоровья	2	2	Внедрение в практику мероприятий по укреплению нервнопсихического здоровья. Роль психогигиенического и психологического просвещения в психопрофилактике. Механизмы психологической защиты	4	Устный опрос	1,3,5,8
4	Психопрофилактика стресса Основные группы стрессоров и стрессовых состояний. Стрессоустойчивость и профилактика стресса и дистресса	2	2	Подходы к оказанию психологической помощи. Составляющие здорового образа жизни. Психологическая самопомощь. Основы оказания психологической помощи	4	Устный опрос	1,3,10
5	Психопрофилактика синдрома эмоционального выгорания Общее понятие синдрома эмоционального выгорания. Факторы, инициирующие возникновение синдрома эмоционального выгорания. Стадии, следствия и симптомы профессионального выгорания. Диагностика эмоционального выгорания. Профилактика эмоционального выгорания.	2	2	Понятие психотерапии. Методы, формы и направления в психотерапии. Альтернативные методы психокоррекции и психотерапии. Опасность непрофессионального психологического воздействия. Экзистенциально-гуманистический подход в психотерапии.	6	Устный опрос	1,2,5,10

6	Психопрофилактика девиантного поведения Характеристика и определение понятий Особенности девиантного, деликвентного, аддиктивного поведения. Направленность профилактической деятельности	2	2	Неврастения, истерия и невроз навязчивых состояний. Профилактика нарушений психического здоровья	4	Устный опрос	1,3,5,8
7	Психопрофилактика аддикций. Психология зависимости: понятие, виды, признаки. Факторы, влияющие на развитие аддикции. Динамика и последствия зависимого поведения	2	2	Психоэмоциональная саморегуляция. Составляющие здорового образа жизни: условия жизнедеятельности и оптимальный режим; отдых, сон и питание; физические нагрузки, гипоксическая тренировка и гигиена тела	6	Устный опрос	1,6,7
8	Психопрофилактика суицидального поведения Понятие суицида. Факторы риска суицидального поведения. Психология суицидального поведения. Профилактика суицида	2	2	Эмоциональные факторы психического здоровья. Влияние эмоций на здоровье. Эмоции и аффекты. Влияние процессов регуляции эмоций на психологическое здоровье	4	Устный опрос	1,6,7,8
9	Психопрофилактика детско - родительских конфликтов в семье Конфликт и его причины. Основные проблемы во взаимоотношениях детей и родителей. Профилактика конфликтов, пути их разрешения.		2			Устный опрос	1,6,3
10	Психопрофилактика аутоагрессивного поведения детей. Особенности аутоагрессивного поведения несовершеннолетних. Основные понятия: аутоагрессивное поведение, суицидальное поведение. Виды профилактики аутоагрессивного поведения		2	Психогигиена общения и межличностных отношений. Особенности психогигиены общения. Психогигиена межличностных отношений.	4	Устный опрос	1,7,4
11	Психопрофилактика социальной и школьной дезадаптации детей. Понятие, виды и причины школьной дезадаптации. Теоретические основы социальной дезадаптации детей. Профилактика социальной дезадаптации несовершеннолетних		2	Аддиктивное поведение как основное нарушение психологического здоровья в развитие школьника	4	Устный опрос	1,5,7
12	Психогигиена сна Основные функции сна Способы коррекции нарушений сна		2	Сравнительно-возрастные особенности психогигиены	6	Устный опрос	2,3,12

	Приемы саморегуляции при засыпании			Ранний детский возраст. Психогигиена подросткового возраста. Психогигиена юношеского возраста. Психогигиена зрелого возраста. Психогигиена старости.			
13	Психогигиена труда и быта Психогигиена труда. Планирование рабочего времени. Распределение времени и повседневный порядок выполнения дел. Психогигиена умственного труда. Психогигиена быта		2	Современные достижения психологии в предупреждении нарушений психического здоровья у детей и подростков Психогигиеническая характеристика причин психических и поведенческих расстройств. Коррекция нарушенного психического здоровья детей и подростков	6	Устный опрос	2,3,12
14	Психогигиена обучения и воспитания Адаптация к обучению в школе. Адаптация к обучению в вузе. Формирование психогигиенической позиции педагога.		2	Психологические аспекты психогигиены Общее понятие «стресс», «стрессор»; основные черты, виды и причины возникновения стресса. Фазы развития стресса. Дистресс и его симптомы. Общий адаптационный синдром. Профилактика стрессовых расстройств	6	Устный опрос	1,12
15	Психогигиена студенческого возраста. Психогигиена познавательной деятельности студента. Психогигиена внимания. Психогигиена мышления. Психогигиена эмоциональной составляющей учебного труда студентов. Психогигиена педагогической деятельности		2			Устный опрос	1, 12
	Всего	16	30		62		

Примечания:

- Все виды учебной работы могут проводиться дистанционно на основании локальных нормативных актов.
- В целях реализации индивидуального подхода к обучению студентов, осуществляющих учебный процесс по индивидуальной траектории в рамках индивидуального рабочего плана, изучение данной дисциплины может осуществляться через индивидуальные консультации преподавателя очно, в часы консультаций, по электронной почте и с использованием платформ дистанционного обучения.

6. Образовательные технологии

В соответствии с государственными образовательными стандартами высшего образования реализация учебного процесса должна предусматривать проведение занятий в интерактивных и активных формах. Внедрение этих форм обучения – одно из важнейших направлений совершенствования подготовки студентов в современном вузе. Цель – повышение эффективности образовательного процесса, достижение всеми обучающимися высоких результатов обучения.

Интерактивные формы проведения занятий предполагают обучение в сотрудничестве. Все участники образовательного процесса (преподаватель и студенты) взаимодействуют друг с другом, обмениваются информацией, совместно решают проблемы, моделируют ситуации. Суть использования активных и интерактивных форм проведения состоит в погружении студентов в реальную атмосферу делового сотрудничества по разрешению проблем, оптимальную для выработки навыков и качеств будущего специалиста.

Для решения воспитательных и учебных задач преподавателем могут быть использованы следующие интерактивные формы обучения.

Традиционные лекции и практические (семинарские) занятия с использованием современных интерактивных технологий.

Лекция-диалог – содержание подается через серию вопросов, на которые студент должен отвечать непосредственно в ходе лекции.

Онлайн-семинар – разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет в режиме реального времени. Каждый из участников находится у своего компьютера (средства связи), а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника.

Видеоконференция – сеанс видеоконференцсвязи (ВКС) – это технология интерактивного взаимодействия двух и более участников образовательного процесса для обмена информацией в реальном режиме времени.

Видео-лекция – снятая на камеру сокращенная лекция, дополненная фотографиями и схемами, иллюстрирующая подаваемый в лекции материал.

Технология электронного обучения (реализуется при помощи электронной образовательной среды СОГУ при использовании ресурсов ЭБС, при проведении автоматизированного тестирования и т. д.).

Творческое задание составляет содержание (основу) любой интерактивной формы проведения занятия. Выполнение творческих заданий требует от студента воспроизведения полученной ранее информации в форме, определяемой преподавателем и требующей творческого подхода: 1) подборка примеров из практики; 2) подборка материала по определенной проблеме;

Публичная презентация проекта - самый эффективный способ донесения важной информации при публичных выступлениях. Слайд-презентации позволяют эффектно и наглядно представить содержание, выделить и проиллюстрировать сообщение.

Интерактивная лекция представляет собой выступление преподавателя перед аудиториями студентов с применением следующих интерактивных форм обучения: 1. управляемая дискуссия или беседа; 2. демонстрация слайдов или учебных фильмов; 3. мозговой штурм; 4. мотивационная речь и др.

Разработка проекта позволяет участникам мысленно выйти за пределы аудитории и составить проект своих действий по обсуждаемому вопросу. Участники могут обратиться за консультацией, дополнительной литературой в специализированные учреждения, библиотеки и т.д.

Проблемное обучение - поиск ответов на вопросы по теме.

7. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Самостоятельная работа обучающихся является одним из видов учебных занятий. Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся студентов;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

К видам самостоятельной работы при изучении данной дисциплины относится: написание докладов, эссе, подготовка презентаций, самостоятельное изучение литературы по теме и составление по ней конспектов, работа со справочными материалами (терминологическими и иными словарями, энциклопедиями) и т.д.

. Методические рекомендации по реферированию научных работ

Реферат – краткое описание рецензируемого текста с набором ключевых слов и основных положений. Тема реферата выбирается из рекомендованного списка или по предложению студента (с согласия преподавателя). Реферирование может быть посвящено частной проблеме или содержать обобщение различных точек зрения по определенной теме. От обычного конспектирования научной литературы реферат отличается тем, что в нем излагаются (сопоставляются, оцениваются) различные точки зрения на анализируемую проблему и при этом составитель реферата определяет свое отношение к рассматриваемым научным позициям, взглядам или определениям, принадлежащим различным авторам.

Реферат – это учебно-исследовательская работа студентов, включая обоснование темы, анализ литературы, методическую основу, содержание.

Подготовка реферата способствует всестороннему знакомству с литературой по избранной теме, создает возможность комплексно использовать приобретенные навыки работы с книгой, развивает самостоятельность мышления, умение на научной основе анализировать явления действительности и делать выводы для практической работы.

Реферат является одной из форм углубленного изучения первоисточников, применения полученных знаний к анализу процессов и явлений общественной жизни, деятельности специалиста-производственника.

Учитывая важность подготовки для студентов, предлагаем поэтапные методические рекомендации работы над ним:

1) Выбор темы.

Обычная тематика семинаров определяется учебной программой, но ее можно выбрать с учетом интересов студентов, по согласованию с преподавателем.

2) Подбор литературы.

Без самостоятельного библиографического поиска работы над рефератом не возможна. Целесообразно использовать три группы источников:

- государственные (ведомственные) документы;
- сборники, различные справочные издания, в которых раскрывается история вопроса, анализируются различные точки зрения на данную проблему, проводится фактический материал и т.д.;
- журнальные статьи.

3) Изучение литературы.

Процесс работы с литературными источниками (от 1 до 3 и более) неотрывен от процесса работы над рефератом. Аналитический обзор литературы – важная часть реферата.

Результаты работы с литературой чаще всего фиксировать на отдельных листах бумаги и вкладывать их в конверты с надписями, соответствующими пунктами плана реферата.

Выписки из литературных источников могут быть различными. Чаще всего это дословные цитаты. Не следует увлекаться большим количеством цитат. Но необходимо помнить: взятую цитату надо зафиксировать, т.е. указать точно источник, страницу.

В процессе чтения литературы возникают собственные мысли, соображения, приходят на память примеры из жизни, прочитанных ранее книг, производственной деятельности. Все это желательно сразу же записывать, иначе можно забыть.

4) Составление плана реферата.

Иногда план составляется до изучения литературы, что позволяет изучать источники под углом зрения уже намеченной проблематики. Важно, чтобы каждый пункт плана раскрывал одну из сторон избранной темы, а все пункты в совокупности схватывали ее целиком.

Главными композиционными разделами работы являются следующие:

Введение. Во введении дается обоснование темы, раскрывается ее актуальность, дается анализ литературы, обосновывается производственная база для исследования, определяются задачи реферата.

Основная часть. В ней обычно раскрывается как теоретическая основа проблем, так и ее практическое преломление. Основная часть реферата состоит из нескольких разделов, постепенно раскрывающих тему. Каждый из разделов рассматривает какую-либо из сторон основной темы. Утверждения позиций подкрепляются доказательствами, взятыми из литературы (цитирование, указание цифр, фактов, определения). В конце каждого раздела основной части обязательно формулируется вывод. Кроме того, основная часть работы заключается в подробном рассмотрении темы реферата, а также указании результатов исследования. Студент или школьник может сделать несколько глав или разделов, а также создать подразделы.

Заключение. Оно содержит краткие выводы, последовательно и логично вытекающие из введения, основной части.

Библиография. Она составляется стройно, логично. Сначала идут государственные (ведомственные) документы. Затем в алфавитном порядке последовательно располагается остальная использованная в ходе написания реферата литература. Библиография обычно располагается в конце работы. Если же в ходе написания реферата используются цитаты, обязательно надо ее заключать в квадратные скобки, указывать автора по алфавиту, и через запятую указывать цитируемую страницу.

Примечание: Весь материал реферата посвящен избранной теме, и систематизация его, способ извлечения являются средством ее раскрытия.

В реферате может быть представлена история вопроса, должны иметь место рассуждения автора. При доказательстве приводятся необходимые аргументы: цитаты, статистические данные, доказывающие правильность выдвинутых положений. Аргументы должны быть точными, достоверными, научно обоснованными.

В реферате обязательно должны быть определения тех или иных понятий. Их необходимо раскрывать лаконично и точно.

Методические рекомендации по составлению конспекта

Цель самостоятельной работы: выработка умений и навыков грамотного изложения теории и практических вопросов в письменной форме в виде конспекта. Конспект (от лат. conspectus — обзор, изложение). Конспект представляет собой следующее:

1) письменный текст, систематически, кратко, логично и связно передающий содержание основного источника информации (статьи, книги, лекции и др.);

2) синтезирующая форма записи, которая может включать в себя план источника информации, выписки из него и его тезисы. Виды конспектов:

— плановый конспект (план-конспект)

— конспект на основе сформированного плана, состоящего из определенного количества пунктов (с заголовками) и подпунктов, соответствующих определенным частям источника информации; — текстуальный конспект

— подробная форма изложения, основанная на выписках из текста-источника и его цитировании (с логическими связями);

— произвольный конспект — конспект, включающий несколько способов работы над материалом (выписки, цитирование, план и др.);

— схематический конспект (контекст-схема)

— конспект на основе плана, составленного из пунктов в виде вопросов, на которые нужно дать ответ; — тематический конспект

— разработка и освещение в конспективной форме определенного вопроса, темы;

— опорный конспект, конспект, в котором содержание источника информации закодировано с помощью графических символов, рисунков, цифр, ключевых слов и др.;

— сводный конспект

— обработка нескольких текстов с целью их сопоставления, сравнения и сведения к единой конструкции; — выборочный конспект

— выбор из текста информации на определенную тему.

Составить опорный конспект. Процедура: определить цель составления конспекта; далее страницы такого конспекта разбиваются вертикально на две части. С левой стороны страницы включаются все вопросы по плану, каждый вопрос, зафиксированный в этой левой части страницы, анализируется уже в правой части будущего конспекта. По мере рассмотрения вопроса (правая часть) вся терминология, авторы, ключевые слова вносятся в левую часть конспекта и дается их краткое разъяснение. В конце конспекта выводятся заключение по основным положениям, последовательно и кратко изложить своими словами существенные позиции изучаемого материала, используя приемы наглядного отражения. Кроме того, необходимо соблюдать правила цитирования (цитата должна быть заключена в квадратные скобки). После выводов предлагается составить библиографический список. Таким образом, планируемые результаты самостоятельной работы: — способность студентов анализировать результаты научных исследований и применять их при решении конкретных образовательных и исследовательских задач; — способность решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий.

Методические рекомендации по оформлению презентации

- 1) Не перегружать слайды текстом.
- 2) Наиболее важный материал лучше выделить.
- 3) Не следует использовать много мультимедийных эффектов анимации. Особенно нежелательны такие эффекты, как вылет, вращение, побуквенное появление текста. Оптимальная настройка эффектов анимации – появление, в первую очередь, заголовка слайда, а затем текста по абзацам. При этом если несколько слайдов имеют одинаковое название, то заголовок слайда должен постоянно оставаться на экране.
- 4) Чтобы обеспечить хорошую читаемость презентации необходимо подобрать темный цвет фона и светлый цвет шрифта.
- 5) Текст презентации должен быть написан без орфографических и пунктуационных ошибок. Критерии оценивания презентаций складываются из требований к их созданию.

Методические рекомендации по использованию информационно-коммуникативных технологий обучения

Для изучения лекционного материала дисциплины применяются аудиовизуальные (мультимедийные) технологии, которые не отрицают традиционные, проверенные временем методы преподавания, но, при этом, они повышают наглядность, информативность, оперативность в подаче информации, позволяют экономить время занятий.

Каждое семинарское занятие имеет свою особую форму проведения, свою методологическую специфику, что позволяет развивать у студентов различные как общекультурные, так и профессиональные компетенции. Постановка проблемы, разбор актуальных конкретных и гипотетических ситуаций, создание атмосферы диалога между преподавателем и группой, между докладчиками и оппонентами позволяет работать индивидуально и в малых группах, коллективно обсуждать определенный тематический материал, а также инициировать самостоятельную работу студентов. При осмыслении содержания вопросов семинаров преследуется цель соблюдать преемственность в профессиональном и в творческом развитии студентов.

Контроль самостоятельной работы студентов призван сделать процесс обучения более целостным и органичным. Его задача не оставить без внимания даже, на первый взгляд, малозначительные вопросы.

Компьютерное тестирование позволяет осуществлять итоговый контроль знаний студентов. Тестовый материал включает в себя содержание вопросов по каждому из обозначенных программой разделов и направлены на:

- выявление владения студентами понятийно-терминологическим аппаратом курса;
- понимания основных проблем;
- знания педагогических концепций, систем, взглядов;
- знание истории возникновения педагогической профессии и воспитания;
- владение теоретико-методологической базой в области воспитания;
- обладание высоким уровнем компетентности в вопросах профессиональной деятельности и теории воспитания.

Каждый вопрос предполагает несколько вариантов ответов, среди которых имеются абсолютно неверный, правильный и в большей или меньшей степени раскрывающий сущность вопроса. В процессе компьютерного тестирования задача студентов определяется как выбор правильного ответа из многообразия вариантов. В тестовых заданиях есть вопросы на соответствие. В процессе компьютерного тестирования, задача студента определяется как выбор правильного ответа из многообразия вариантов.

8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, рубежной аттестации и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Рабочая программа предусматривает проведение лекционных и практических занятий, а также следующие виды работ: самостоятельную работу студентов по подготовке устных сообщений, написанию докладов, подготовку презентаций и обсуждений по темам дисциплины - работу в активной и интерактивной формах.

Рабочая программа предполагает текущий и итоговый контроль знаний.

Текущий контроль – это непрерывно осуществляемый мониторинг уровня усвоения знаний и формирования умений и навыков в течение семестра или учебного года. Текущий контроль знаний, умений и навыков студентов осуществляется в ходе учебных (аудиторных) занятий, проводимых по расписанию. Формами текущего контроля выступают опросы на занятиях с целью проверки наличия знаний, необходимых для усвоения нового материала или для выяснения степени усвоения изложенного материала.

Итоговый контроль - зачет

Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Практические задания для самостоятельной работы

Контрольные работы

1. Разработка тематического плана работы психолога с родителями детей, имеющих психические особенности развития (гиперкинетическое расстройство с дефицитом внимания).

Направление деятельности	Мероприятие, цель	Кто проводит	С кем проводится	Предполагаемый результат
--------------------------	-------------------	--------------	------------------	--------------------------

2. Разработка тематического плана работы психолога с родителями детей, имеющих психические особенности развития (тревожность).

Направление деятельности	Мероприятие, цель	Кто проводит	С кем проводится	Предполагаемый результат
--------------------------	-------------------	--------------	------------------	--------------------------

3. Разработка тематического плана работы психолога с родителями детей, имеющих психические особенности развития (агрессивность).

Направление деятельности	Мероприятие, цель	Кто проводит	С кем проводится	Предполагаемый результат
--------------------------	-------------------	--------------	------------------	--------------------------

4. Разработка тематического плана работы психолога с родителями детей, имеющих психические особенности развития (склонность к девиантному поведению).

Направление деятельности	Мероприятие, цель	Кто проводит	С кем проводится	Предполагаемый результат
--------------------------	-------------------	--------------	------------------	--------------------------

Примерная тематика проектов

- Профилактика и коррекция Интернет-аддикции у подростков.
- Профилактика химической зависимости
- Профилактика и снижение экзаменационного стресса у старшеклассников.

- Работа школьного психолога с одаренными детьми.
- Социальные, биологические и психологические факторы формирования девиантного поведения. Профилактика девиантного поведения
- Психопрофилактика неблагоприятных функциональных состояний

Вопросы для подготовки к зачету:

1. Предмет и задачи психогигиены.
2. История возникновения и развития психогигиены
3. Методы психогигиены
4. Предмет и задачи психопрофилактики.
5. История возникновения и развития психопрофилактики
6. Уровни психопрофилактики: первичный, вторичный и третичный
7. Связь психопрофилактики и психогигиены
8. Психогигиенический анализ влияния биопсихосоциальных факторов на процесс развития ребенка
9. Понятие психического здоровья. Критерии психического здоровья
10. Биомедицинская и биопсихосоциальная модели соотношения здоровья и болезни
11. Нормативные и ненормативные кризисы. Психогигиеническая помощь в кризисные периоды
12. Психогигиеническая характеристика причин психических и поведенческих расстройств
13. Депривация, ее виды. Реабилитация после депривации
14. Причины возникновения эмоциональных нарушений у детей
15. Проблемы детско-родительских отношений
16. Аддиктивное поведение
17. Этапы возникновения психических и поведенческих расстройств
18. Основные факторы возникновения психических и поведенческих расстройств
19. Понятие стресса. Общий адаптационный синдром
20. Стратегии совладания со стрессовой ситуацией
21. Психопрофилактика стрессовых состояний
22. Краткая история развития психопрофилактики.
23. Психогигиенические мероприятия на общегосударственном, организационном, семейном и личностном уровнях

Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Уровень сформированности компетенций			
«Минимальный уровень не достигнут» (менее 56 баллов)	«Минимальный уровень» (56-70 баллов)	«Средний уровень» (71-85 баллов)	«Высокий уровень» (86-100 баллов)
<u>Компетенции не сформированы.</u>	<u>Компетенции сформированы.</u>	<u>Компетенции сформированы.</u>	<u>Компетенции сформированы.</u>

Знания отсутствуют, умения и навыки не сформированы.	Сформированы базовые структуры знаний. Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер. Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка.	Знания обширные, системные. Умения носят репродуктивный характер, применяются к решению типовых заданий. Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка.	Знания твердые, аргументированные, всесторонние. Умения успешно применяются к решению как типовых, так и нестандартных творческих заданий. Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка
--	--	--	---

Описание критериев оценивания

Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкую степень контактности.	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания, которые следует выполнить.	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам. Возможны незначительные оговорки и неточности в	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические задания; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.
--	---	---	--

		раскрытии отдельных положений вопросов, присутствует неуверенность в ответах.	
Оценка «неудовлетворительно» / не зачтено	Оценка «удовлетворительно» / «зачтено»	Оценка «хорошо» / «зачтено»	Оценка «отлично» / «зачтено»

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Полянцева, О. И. Психология для медицинских колледжей : учебник / О. И. Полянцева ; под ред. Б. В. Кабарухина. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2020. – 431 с. : ил. – (Среднее медицинское образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601611>. – Библиогр. : с. 428-429. – ISBN 978-5-222-35178-9. – Текст : электронный.
2. Никольский, А. В. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека : учебник для вузов / А. В. Никольский. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11748-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495903> .
3. 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. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496332> .
4. Байкова, Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учебное пособие для вузов / Л. А. Байкова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10465-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495073>.
5. Психопрофилактика и психологическое просвещение в образовательной среде : учебник для вузов / Д. В. Наумова [и др.] ; под редакцией Д. В. Наумовой. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 414 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14817-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520268>.

б) дополнительная литература:

6. Прохорова, О. Г. Психология семьи. Психологическое здоровье : учебное пособие для вузов / О. Г. Прохорова, В. С. Торехтий. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 152 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06227-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492157>.
7. Котелевцев, Н. А. Психическая саморегуляция : учебник для вузов / Н. А. Котелевцев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 213 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12559-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476642>.
8. Основы здорового образа жизни в образовательной организации : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 137 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12606-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496333> .
9. Тихомирова, Л. Ф. Здоровьесберегающая педагогика : учебник для вузов / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 251 с. — (Высшее образование). —

- ISBN 978-5-534-06930-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494188>.
10. Одинцова, М. А. Психология стресса : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 299 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05254-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490085>.
11. Водопьянова, Н. Е. Психология управления персоналом. Психическое выгорание : учебное пособие для вузов / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 299 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07711-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492274>

в) электронные библиотечные системы, с которыми у СОГУ имеется действующий договор, современные профессиональные базы, информационные справочные системы:

- eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <http://www.elibrary.ru>.
- База данных «ЭБС elibrary»: <http://elibrary.ru>
- Издательство «Юрайт» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://biblio-online.ru>.
- Университетская библиотека online [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://www.biblioclub.ru>.

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия по дисциплине проводятся в аудиториях, обеспеченных компьютерами, имеющими доступ к сети Интернет, интерактивными досками и мультимедийным оборудованием.

Лицензионное программное обеспечение:

1. Windows 10 Pro for Workstations, (№ 4100072800 Microsoft Products (MPSA) от 04.2016г);
2. Office Standard 2016 (№ 4100072800 Microsoft Products (MPSA) от 04.2016г);
3. Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат ВУЗ»;

Перечень ПО в свободном доступе:

1. Kaspersky Free;
2. WinRar;
3. Google Chrome;
4. Yandex Browser;
5. OperaBrowser.