



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНСТИТУТ МЕЖДУНАРОДНЫХ ЭКОНОМИЧЕСКИХ СВЯЗЕЙ»**

**INSTITUTE OF INTERNATIONAL ECONOMIC RELATIONS**

Принято на заседании  
Учёного совета ИМЭС  
(протокол от 26 января 2022 г. № 6)

**УТВЕРЖДАЮ**  
Ректор ИМЭС Ю. И. Богомолова  
26 января 2022 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ**

по направлению подготовки  
37.03.01 Психология

Направленность (профиль)  
«Психологическое консультирование»

*Приложение 4*  
*к основной профессиональной образовательной программе*  
*по направлению подготовки 37.03.01 Психология*  
*направленность (профиль) «Психологическое консультирование»*

**Программу составил(а):** Фролова С. В., канд. психол. наук.

Рабочая программа дисциплины «Психология здоровья» входит в состав основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) «Психологическое консультирование» и предназначена для обучающихся по очной и очно-заочной формам обучения.

Сведения об актуализации программы

На учебный год	Состав актуализации	Утверждена Ученым советом
2025-2026	- Корректировка содержания дисциплины; - Сокращение и корректировка компетенций по дисциплине.	Протокол Учёного совета от 27.03.2025 г., № 8

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели задачи дисциплины (модуля).....	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования.....	4
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах и академических часах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	4
4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	5
5. Содержание дисциплины (модуля).....	6
Наименование тем (разделов) .....	6
6. Структура дисциплины по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	7
7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы и текущего контроля обучающихся по дисциплине (модулю).....	8
8. Перечень вопросов и типовые задания для подготовки к зачету с оценкой .....	10
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля).....	12
10 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля) и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).....	13
11. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины (модуля) .....	13
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю).....	17

## 1. Цели задачи дисциплины (модуля)

**Цель освоения дисциплины** «Психология здоровья» дать студентам представления о законах формирования здоровой психики и механизмах оптимальной поддержки ее функционирования.

**Задачи изучения дисциплины** «Психология здоровья»:

- ознакомление с историей развития подходов к здоровью в психологии, основными понятиями, теориями и направлениями исследований в этих областях;
- сформировать систему знаний о предмете, задачах, а также теоретических основах психологии здоровья, сформировать представление о многообразии форм здоровья, изучаемых различными психологическими дисциплинами; об основных подходах к психологии здоровья;
- сформировать и развить умения ставить цели и задачи в области психологии здоровья, подбирать методологический комплекс, адекватный поставленным целям и задачам;
- сформировать готовность и способность использовать полученные знания на практике, решении научных и практических задач в реализации деятельности специалистов.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования

Дисциплина «Психология здоровья» входит в обязательную часть учебного плана по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) «Психологическое консультирование».

## 3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах и академических часах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, всего – 108 часа.

Вид учебной работы	Всего часов	
	очная форма обучения	очно-заочная форма обучения
<b>Контактная работа с преподавателем (всего)</b>	<b>70</b>	<b>42</b>
В том числе:		
Занятия лекционного типа	42	28
Занятия семинарского типа (семинары)	28	14
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>38</b>	<b>66</b>
Форма контроля	Зачет с оценкой	
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>108</b>	

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

<b>Код и наименование (при наличии) компетенции</b>	<b>Код и наименование индикаторов достижения компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>
<p><b>Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение) УК-7</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ИУК 7.1 Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу полноценной социальной и профессиональной деятельности. ИУК 7.2 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и здорового образа жизни.</p>	<p><b>Знать:</b> основы психологии здоровья, критерии оценки физического, психологического и социального здоровья. <b>Уметь:</b> анализировать физическое, психологическое и социальное здоровье. <b>Владеть:</b> здоровьем берегающими технологиями, использует различные виды психической саморегуляции.</p>
<p><b>Психологическая профилактика ОПК-6</b> Способен оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам</p>	<p>ИОПК 6.1 Имеет представление о методах и инструментах исследования потребностей аудитории. ИОПК 6.2 Умеет оценивать потребности и запросы целевой аудитории в психологических знаниях и услугах. ИОПК 6.3 Владеет приемами стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям, практике и услугам.</p>	<p><b>Знать:</b> основы просвещения как фундамента формирования культуры здоровья. <b>Уметь:</b> проводить анализ факторов, влияющих на здоровье аудитории; переводить научные знания по психологии здоровья в доступную форму. <b>Владеть:</b> навыками создания информационных материалов по темам психологии здоровья с целью стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам.</p>

## 5. Содержание дисциплины (модуля)

Наименование тем (разделов)	Содержание тем (разделов)
Тема 1. Введение в психологию здоровья	<p>Определение психологии здоровья. Значение здоровья и подходы к его определению. История становления и современное состояние. Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками.</p> <p>Признаки, психологические факторы здоровья. Критерии оценки психологического и социального здоровья. Понятие здоровья и болезни: норма и патология. Взаимосвязь уровней рассмотрения здоровья и болезни. Болезнь и ее значение.</p>
Тема 2. Виды здоровья, диагностика.	<p>Виды здоровья. Физическое здоровье. Психическое здоровье. Социальное здоровье. Понятие «физическое здоровье». Факторы физического здоровья. Адаптационные резервы организма. Оценка физического здоровья. Здоровье и гармония. Представление о психологической устойчивости. Составляющие психологической устойчивости. Психологические типы как формы психологического здоровья. Акцентуации личности и психическое здоровье. Социальное здоровье. Здоровье как социальный феномен. Нормы здорового образа жизни как основа полноценной социальной и профессиональной деятельности. Здоровье и социальные организации. Социальные изменения и здоровье общества. Душевное здоровье и культура. Тенденции в здоровье мужчин и женщин. Гендерные предубеждения специалистов. Здоровье лиц с ОВЗ. Диагностические методы в психологии здоровья. Оценка и самооценка физического здоровья. Структура и признаки психологического здоровья личности. Критерии и оценка социального здоровья. Психическая саморегуляция, виды. БОС, медитация, психомышечная, идеомоторная и визуомоторная тренировка.</p>
Тема 3. Возрастные особенности здоровья.	<p>Влияние перинатального периода на здоровье человека. Здоровье и сбережение в раннем детстве и дошкольном возрасте. Школьный возраст и здоровье учащихся. Жизненный период молодости и психическое здоровье студентов. Зрелый возраст и профессиональное здоровье. Закономерности старения и особенности долголетия. Признаки психического старения. Профилактика старения.</p>
Тема 4. Психология профессионального здоровья.	<p>Проблема профессионального здоровья. Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности. Психологическое обеспечение профессионального здоровья. Психологическая диагностика. Психологическая профилактика стресса, эмоционального выгорания, конфликтов. Психологическое просвещение по вопросам формирования здорового образа жизни. Траектория профессионального саморазвития. Стресс в профессиональной деятельности. Классификация стрессовых ситуаций. Способы психической саморегуляции в стрессовых ситуациях. Диагностика стрессовых состояний. Методы борьбы со стрессом. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления.</p>
Тема 5. Просвещение как основа культуры здоровья	<p>Методы и инструменты исследования потребностей аудитории (опросы, интервью, фокус-группы, анализ поведенческих данных). Основы сегментации аудитории. Особенности восприятия психологической информации разными возрастными и социальными группами. Просветительские материалы по психологии здоровья для разных возрастных и социальных групп.</p>

**6. Структура дисциплины по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**Очная форма обучения**

№ п/п	Наименование тем (разделов) дисциплины	Контактная работа, час.		Самостоятельная работа, час.	Всего, час.
		Занятия лекционного типа	Семинары		
1.	Введение в психологию здоровья	2	2	7	11
2.	Виды здоровья, диагностика	10	6	7	23
3.	Возрастные особенности здоровья	10	6	8	24
4.	Психология профессионального здоровья	10	6	8	24
5.	Просвещение как основа культуры здоровья	10	8	8	26
<b>Итого:</b>		<b>42</b>	<b>28</b>	<b>38</b>	<b>108</b>

**Очно-заочная форма обучения**

№ п/п	Наименование тем (разделов) дисциплины	Контактная работа, час.		Самостоятельная работа, час.	Всего, час.
		Занятия лекционного типа	Семинары		
1.	Введение в психологию здоровья	2	2	13	17
2.	Виды здоровья, диагностика	6	2	13	21
3.	Возрастные особенности здоровья	6	2	13	21
4.	Психология профессионального здоровья	6	4	13	23
5.	Просвещение как основа культуры здоровья	8	4	14	26
<b>Итого:</b>		<b>28</b>	<b>14</b>	<b>66</b>	<b>108</b>

## **7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы и текущего контроля обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа является одним из основных видов учебной деятельности, составной частью учебного процесса и имеет своей целью: глубокое усвоение материала дисциплины, совершенствование и закрепление навыков самостоятельной работы с литературой, рекомендованной преподавателем, умение найти нужный материал и самостоятельно его использовать, воспитание высокой творческой активности, инициативы, привычки к постоянному совершенствованию своих знаний, к целеустремленному научному поиску.

Контроль самостоятельной работы, является важной составляющей текущего контроля успеваемости, осуществляется преподавателем во время лекционных и практических (семинарских) занятий и обеспечивает оценивание хода освоения изучаемой дисциплины.

### **Вопросы для самостоятельного изучения**

1. Психология здоровья: определения, задачи, направления исследования и проблемы ПЗ.
2. Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками.
3. История развития идей о здоровье: краткая характеристика этапов.
4. Концепции устойчивых социокультурных эталонов здоровья: античный эталон здоровья.
5. Концепции устойчивых социокультурных эталонов здоровья: адаптационный эталон здоровья.
6. Концепции устойчивых социокультурных эталонов здоровья: антропоцентрический эталон здоровья.
7. Современные подходы к исследованию психологии здоровья: кросскультурный подход, дискурсивный подход, аксиологический подход и интегративный подход.
8. Психологические факторы здоровья: независимые, передающие и мотиваторы.
9. Идея системности в толковании понятия здоровья.
10. Внутренняя картина здоровья.
11. Внутренняя картина болезни.
12. Факторы, формирующие здоровье.
13. Понятие физического здоровья.
14. Факторы физического здоровья.
15. Двигательная активность и здоровье.
16. Подходы и методы оценки физического здоровья.
17. Гармония как критерий психологического здоровья: понятие гармонии, гармония отношений личности.
18. Психологическая устойчивость, ее составляющие и основы.
19. Психологическая зависимость как следствие снижения устойчивости.
20. Психологические модели аддиктивного поведения.
21. Легальные виды наркотиков (табак, алкоголь, лекарства).
22. Нелегальные виды наркотиков.
23. Личностные особенности лиц, употребляющих наркотики.
24. Природа созависимости.

### **Примерные темы рефератов (докладов) по дисциплине**

1. Методологические подходы к здоровью.
2. Общее представление о психологическом здоровье.



3. Развитие идей о здоровье в отечественной психологии.
4. Проблема нормы и аномалии.
5. Качество жизни.
6. Подходы к качеству жизни в науках о человеке.
7. Субъективное качество жизни и психологическое благополучие.
8. Психологическое и физиологическое здоровье.
9. Проблема иммунитета.
10. Психологическое здоровье и психологическая травма.
11. Посттравматический рост.
12. Методы исследования в психологии здоровья.
13. Духовное здоровье.
14. Профилактика здоровья.
15. Внутренняя картина здоровья.
16. Здоровье и культурная детерминация.
17. Патохарактерологическое развитие личности.
18. Творчество и здоровье личности.
19. Влияние социальных и биологических факторов в развитии психопатизации личности.
20. Социально-психологические проблемы семьи.
21. Основные вопросы профилактики психосоматических расстройств.
22. Душевное здоровье.
23. Гармония личности.
24. Работоспособность как критерий профессионального здоровья.
25. Экология здоровья.
26. Роль психологического просвещения в формировании культуры заботы о психическом здоровье.
27. Просветительские технологии в продвижении здорового образа жизни среди молодёжи.
28. Формирование культуры здоровья в образовательных организациях: интеграция просвещения и профилактики.
29. Цифровое просвещение и его роль в популяризации знаний о здоровье (на примере онлайн-курсов, блогов, чат-ботов).

### **Распределение самостоятельной работы по темам и видам**

Виды, формы и объемы самостоятельной работы студентов при изучении данной дисциплины определяются ее содержанием и отражены в следующей таблице:

№ п/п	Наименование тем (разделов) дисциплины	Вид самостоятельной работы	Объем самостоятельной работы	
			очная форма обучения	очно-заочная форма обучения
1.	Введение в психологию здоровья	подготовка к аудиторным занятиям, написание рефератов, подготовка докладов	7	13
2.	Виды здоровья, диагностика	подготовка к аудиторным занятиям, написание рефератов, подготовка докладов	7	13
3.	Возрастные особенности здоровья	подготовка к аудиторным занятиям,	8	13

№ п/п	Наименование тем (разделов) дисциплины	Вид самостоятельной работы	Объем самостоятельной работы	
			очная форма обучения	очно-заочная форма обучения
		написание рефератов, подготовка докладов		
4.	Психология профессионального здоровья	подготовка к аудиторным занятиям, написание рефератов, подготовка докладов	8	13
5.	Просвещение как основа культуры здоровья	подготовка к аудиторным занятиям, написание рефератов, подготовка докладов	8	14
<b>ИТОГО:</b>			<b>38</b>	<b>66</b>

## 8. Перечень вопросов и типовые задания для подготовки к зачету с оценкой

### 8.1. Перечень вопросов для подготовки к зачету с оценкой

1. Определение психологии здоровья.
2. Значение здоровья и подходы к его определению.
3. История становления и современное состояние
4. Взаимосвязь с другими науками. психологии здоровья.
5. Признаки, психологические факторы здоровья.
6. Критерии психического и социального здоровья.
7. Понятие здоровья и болезни: норма и патология.
8. Взаимосвязь уровней рассмотрения здоровья и болезни.
9. Болезнь и ее значение.
10. Виды здоровья. Физическое здоровье. Психическое здоровье. Социальное здоровье.
11. Понятие «физическое здоровье».
12. Факторы физического здоровья.
13. Адаптационные резервы организма.
14. Оценка физического здоровья.
15. Здоровье и гармония.
16. Представление о психологической устойчивости.
17. Составляющие психологической устойчивости.
18. Психологические типы как формы психологического здоровья.
19. Акцентуации личности и психическое здоровье.
20. Здоровье как социальный феномен.
21. Социальная структура и здоровье.
22. Здоровье и социальные организации.
23. Социальные изменения и здоровье общества.
24. Душевное здоровье и культура.
25. Тенденции в здоровье мужчин и женщин.
26. Гендерные предубеждения специалистов.
27. Здоровье лиц с ОВЗ.
28. Диагностические методы в психологии здоровья.
29. Оценка и самооценка психического здоровья.
30. Структура и признаки психологического здоровья личности.

31. Критерии и оценка социального здоровья.
32. Влияние перинатального периода на здоровье человека.
33. Здоровье сбережение в раннем детстве и дошкольном возрасте.
34. Школьный возраст и здоровье учащихся.
35. Жизненный период молодости и психическое здоровье студентов.
36. Зрелый возраст и профессиональное здоровье.
37. Закономерности старения и особенности долгожительства.
38. Признаки психического старения
39. Профилактика старения.
40. Проблема профессионального здоровья.
41. Психологическое обеспечение профессионального здоровья.
42. Траектория профессионального саморазвития.
43. Стресс в профессиональной деятельности.
44. Психическая саморегуляция.
45. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления.
46. Психологическое просвещение по вопросам формирования здорового образа жизни.
47. Методы и инструменты исследования потребностей аудитории.
48. Основы сегментации аудитории.
49. Особенности восприятия психологической информации разными возрастными и социальными группами.
50. Просветительские материалы по психологии здоровья для разных возрастных и социальных групп.

## **8.2 Типовые задания для оценки знаний**

1. Объектом психологии здоровья является:
  - а) профилактика болезней;
  - б) «здоровая личность»;
  - в) здоровый образ жизни.
  
2. Присущее любому живому существу, универсальное и фундаментальное свойство, которое обеспечивает приспособление, сохранение и развитие разнообразных форм жизни, а в целом и успешность их взаимодействия с миром, называется \_\_\_\_\_.
  
3. Определите наиболее эффективный формат для просвещения молодёжи о психическом здоровье:
  - а) научная статья в рецензируемом журнале;
  - б) лекция без интерактивных элементов в аудитории;
  - в) интерактивный мастер-класс или онлайн-челлендж в социальных сетях;
  - г) распространение брошюр на медицинском факультете.

## **8.3 Типовое задание для оценки умений**

### Задание 1.

Мужчина А., 27 лет, ведет здоровый образ жизни. При этом: ориентируется на постоянное личностное развитие, доверяет собственным ресурсам, другим людям, жизни в целом. Обладает высоким уровнем саморегуляции и способностью адекватного приспособления к меняющимся условиям среды.

Вопросы:

1. К какому виду здоровья можно отнести мужчину в данной задаче?

3. Какие еще можно выделить критерии описанного в задаче вида здоровья?
4. Опишите критерии физического здоровья.
5. Опишите основные признаки физического нездоровья.

#### 8.4 Типовое задание для оценки навыков

Задание 1.

##### Ситуационная задача

Психолог кампании провела обследование кандидата на должность начальника отдела продаж. Требования к этой позиции высокие, но претендент оказался очень достойный: креативный, эрудированный, коммуникабельный, а главное — активный, напористый, не боящийся конкуренции, нацеленный на результат. Для директора психолог написала положительное заключение, а себе в блокнотик записала: «Личность типа А. Необходима психопрофилактика».

Какая система организма чаще всего страдает у личностей типа А?

В чём суть психопрофилактической работы с людьми этого типа?

### 9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

#### 9.1. Основная литература

1. Никольский, А. В. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека: учебник для вузов / А. В. Никольский. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11748-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476272>
2. Петрушин, В. И. Психология здоровья: учебник для вузов / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 381 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11949-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471373> (дата обращения: 08.11.2021).

#### 9.2. Дополнительная литература

1. Кашапов, М. М. Акмеология: учебное пособие для вузов / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 106 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07821-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/473804>
2. Никольский, А. В. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека: учебник для вузов / А. В. Никольский. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11748-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/446058>
3. Кашапов, М. М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для вузов / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 157 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06554-1. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452358>

## **10 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля) и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

1. <http://biblioclub.ru> - ЭБС «Университетская библиотека онлайн».
2. <https://elibrary.ru/> - научная электронная библиотека (НЭБ) «eLIBRARY.RU»
3. <http://www.encyclopedia.ru> - Мир энциклопедий.
4. <http://www.consultant.ru/> - Справочная правовая система «Консультант Плюс».
5. Психология человека [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://4brain.ru/psy>
6. Психология на русском языке [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.psychology.ru/>

### **Лицензионное программное обеспечение:**

- Windows (зарубежное, возмездное);
- MS Office (зарубежное, возмездное);
- Adobe Acrobat Reader (зарубежное, свободно распространяемое);
- КонсультантПлюс: «КонсультантПлюс: Студент» (российское, свободно распространяемое);
- 7-zip – архиватор (зарубежное, свободно распространяемое);
- Comodo Internet Security (зарубежное, свободно распространяемое).

## **11. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины (модуля)**

Организация образовательного процесса регламентируется учебным планом и расписанием учебных занятий. Язык обучения (преподавания) — русский. Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

При формировании своей индивидуальной образовательной траектории обучающийся имеет право на перезачет соответствующих дисциплин и профессиональных модулей, освоенных в процессе предшествующего обучения, который освобождает обучающегося от необходимости их повторного освоения.

### **Образовательные технологии**

Учебный процесс при преподавании курса основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены занятиями семинарского и лекционного типа. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в информационной образовательной среде.

### **Занятия лекционного типа**

Лекционный курс предполагает систематизированное изложение основных вопросов учебного плана.

На первой лекции лектор обязан предупредить студентов, применительно к какому базовому учебнику (учебникам, учебным пособиям) будет прочитан курс.

Лекционный курс должен давать наибольший объем информации и обеспечивать более глубокое понимание учебных вопросов при значительно меньшей затрате времени, чем это требуется большинству студентов на самостоятельное изучение материала.

### **Занятия семинарского типа**

Семинарские (практические) занятия представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса.

Основной формой проведения семинаров и практических занятий является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях. В обязанности преподавателя входят: оказание методической помощи и консультирование студентов по соответствующим темам курса.

Активность на практических занятиях оценивается по следующим критериям:

- ответы на вопросы, предлагаемые преподавателем;
- участие в дискуссиях;
- выполнение проектных и иных заданий;
- ассистирование преподавателю в проведении занятий.

Доклады и оппонирование докладов проверяют степень владения теоретическим материалом, а также корректность и строгость рассуждений.

Оценивание практических заданий входит в накопленную оценку.

### **Самостоятельная работа обучающихся**

Самостоятельная работа студентов – это процесс активного, целенаправленного приобретения студентом новых знаний, умений без непосредственного участия преподавателя, характеризующийся предметной направленностью, эффективным контролем и оценкой результатов деятельности обучающегося.

Цели самостоятельной работы:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную и справочную документацию, специальную литературу;
- развитие познавательных способностей, активности студентов, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, творческой инициативы, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений и академических навыков.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, уровня сложности, конкретной тематики.

Технология организации самостоятельной работы студентов включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения.

Перед выполнением обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель может проводить инструктаж по выполнению задания. В инструктаж включается:

- цель и содержание задания;
- сроки выполнения;
- ориентировочный объем работы;
- основные требования к результатам работы и критерии оценки;
- возможные типичные ошибки при выполнении.

Инструктаж проводится преподавателем за счет объема времени, отведенного на изучение дисциплины.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

Студенты должны подходить к самостоятельной работе как к наиважнейшему средству закрепления и развития теоретических знаний, выработке единства взглядов на

отдельные вопросы курса, приобретения определенных навыков и использования профессиональной литературы.

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

При самостоятельной проработке курса обучающиеся должны:

- просматривать основные определения и факты;
- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;
- изучить рекомендованную литературу, составлять тезисы, аннотации и конспекты наиболее важных моментов;
- самостоятельно выполнять задания, аналогичные предлагаемым на занятиях;
- использовать для самопроверки материалы фонда оценочных средств;
- выполнять домашние задания по указанию преподавателя.

### Реферат

Реферат — индивидуальная письменная работа обучающегося, предполагающая анализ изложения в научных и других источниках определенной научной проблемы или вопроса.

Написание реферата практикуется в учебном процессе в целях приобретения студентом необходимой профессиональной подготовки, развития умения и навыков самостоятельного научного поиска: изучения литературы по выбранной теме, анализа различных источников и точек зрения, обобщения материала, выстраивания логики изложения, выделения главного, формулирования выводов.

Содержание реферата студент может изложить на семинаре, кружке, научной конференции. Предварительно подготовив тезисы доклада, студент в течение 5—10 минут должен кратко изложить основные положения своей работы. После доклада автор отвечает на вопросы, затем выступают оппоненты, которые заранее познакомились с текстом реферата, и отмечают его сильные и слабые стороны.

Как правило, реферат имеет стандартную структуру: титульный лист, содержание, введение, основное содержание темы, заключение, список использованных источников, приложения.

Оценивается оригинальность реферата, актуальность и полнота использованных источников, системность излагаемого материала, логика изложения и убедительность аргументации, оформление, своевременность срока сдачи, защита реферата перед аудиторией.

**Оформление реферата** обычно содержит 15±3 страниц печатного текста. Количество страниц зависит от объективной сложности раскрытия темы и доступности литературных источников.

Первый лист реферата – титульный (на титульном листе номер страницы не ставится, хотя и учитывается).

Список литературы не должен ограничиваться только учебниками и не может быть менее 5 источников. Список литературы должен содержать названия источников, фамилии и инициалы их авторов, издательство, место и год опубликования, а также общее количество страниц. Библиография выстраивается в алфавитном порядке.

В процессе работы необходимо делать ссылки на работы ученых, мысли которых использованы в работе, и по мере надобности оформлять сноски.

Наименование	Формат
Формат бумаги	A4
Шрифт	Times New Roman, размер (кегель) 14
Междустрочный интервал	1,5
Поля: слева/справа/сверху/снизу	3/1,5/2/2

Сноски (шрифт)	Times New Roman, размер 10
Номер страницы	1,2,3 .... n

В случае если работа не будет соответствовать предъявляемым к ней требованиям, она будет возвращена автору на доработку.

### **Рекомендации по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ**

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах. Предполагаются специальные условия для получения образования инвалидами и лицами с ОВЗ.

Профессорско-педагогический состав знакомится с психолого-физиологическими особенностями обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ, индивидуальными программами реабилитации инвалидов (при наличии). При необходимости осуществляется дополнительная поддержка преподавания тьюторами, психологами, социальными работниками, прошедшими подготовку ассистентами.

В соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв. 8 апреля 2014 г. № АК-44/05вн) в курсе предполагается использовать социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе. Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Медиа материалы также следует использовать и адаптировать с учетом индивидуальных особенностей обучения инвалидов и лиц с ОВЗ.

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение предусматривает приспособление аудиторий к нуждам инвалидов и лиц с ОВЗ.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов и лиц с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для инвалидов и лиц с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- в печатной или электронной форме (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- в печатной форме или электронной форме с увеличенным шрифтом и контрастностью (для лиц с нарушениями слуха, речи, зрения);
- методом чтения ассистентом задания вслух (для лиц с нарушениями зрения).

Студентам с инвалидностью и лицам с ОВЗ увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

- письменно на бумаге или набором ответов на компьютере (для лиц с нарушениями слуха, речи);
- выбором ответа из возможных вариантов с использованием услуг ассистента (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- устно (для лиц с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата).

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.



## **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

**Учебная аудитория**, предназначенная для проведения учебных занятий, предусмотренных настоящей рабочей программой дисциплины, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения, в состав которых входят: комплекты специализированной учебной мебели, доска классная, мультимедийный проектор, экран, компьютер с установленным лицензионным программным обеспечением, с выходом в сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.

**Помещение для самостоятельной работы обучающихся** – аудитория, оснащенная следующим оборудованием и техническими средствами: специализированная мебель для преподавателя и обучающихся, доска учебная, мультимедийный проектор, экран, звуковые колонки, компьютер (ноутбук), персональные компьютеры для работы обучающихся с установленным лицензионным программным обеспечением, с выходом в сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.