

«

»

“ ”

“ ”

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ Психология здоровья

: 37.03.01

: 3 4,

: 6 7

		6	7
1	()	0	2
2		0	72
3	, .	2	20
4	, .	2	2
5	, .	0	10
6	, .	0	0
7	, .	0	0
8	, .	0	2
9	, .		6
10	, .	0	50
11	(, ,)		
12			

(): 37.03.01

946 07.08.2014 ., : 15.10.2014 .

: 1, ,

(): 37.03.01

, 6 20.06.2017

, 6 21.06.2017

:

,

:

,

:

.

1.

1.1

Компетенция ФГОС: ОК.8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; в части следующих результатов обучения:	
1.	
2.	
1.	
Компетенция ФГОС: ПК.13 способность к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса; в части следующих результатов обучения:	
6.	
7.	
Компетенция ФГОС: ПК.8 способность к проведению стандартного прикладного исследования в определенной области психологии; в части следующих результатов обучения:	
1.	

2.

2.1

--	--

.8. 1	
1. Иметь целостное представление о строении и функциях организма человека и его взаимодействии со средой обитания	; ;
.13. 6	
2. О разных способах сбора и анализа показателей общественного и индивидуального здоровья	; ;
.8. 1	
3. Об организации системы здравоохранения	; ;
4. О нормативно-правовой базе медицинской помощи разным группам населения	; ;
.8. 1	
5. Предмет "Психологии здоровья" и основные методы исследования общественного здоровья	; ;
.8. 2	
6. Стандартные показатели общественного и индивидуального здоровья, факторы риска заболеваний и способы классификации болезней.	; ;
.8. 1	
7. Организацию психологической работы, способы социально-медицинского просвещения и пропаганды здорового образа жизни	; ;
.8. 1	
8. Основы законодательства Российской Федерации и стратегии Всемирной организации здравоохранения в охране здоровья граждан	; ;
.8. 2	

9.Современные модели развития болезней и значение психосоциальной модели в современных условиях жизни людей в экономически развитых странах	; ;
.13. 7	
10.Особенности состояния здоровья населения в Сибири и других регионах России	; ;
13.Выделять социальные и биологические факторы риска нарушения состояния здоровья в микро- и макрогруппах населения	; ;

3.

3.1

	, .			
: 6				
:				
1.	0	2	1, 2, 5	
: 7				
:				
1.	0	2	4, 5, 6, 9	

3.2

	, .			
: 7				
:				
2.	0	1	5, 6	

<p style="text-align: center;">:</p>				
3.	0	2	1,2	
5.	0	1	13	
6.	0	2	13,9	
7.	0	2	1,3	
<p style="text-align: center;">:</p>				
8.	0	1	10, 3, 4, 7	
9.	0	1	10, 8	

3.3

	,	.		
:7				
:				

<p>2.</p> <p>·</p> <p>-</p> <p>·</p> <p>·</p>	<p>0</p>	<p>4</p>	<p>10, 7, 8, 9</p>	
<p>4.</p> <p>·</p> <p>-</p> <p>·</p> <p>-</p> <p>·</p> <p>·</p>	<p>0</p>	<p>6</p>	<p>1, 4, 5, 8, 9</p>	
<p>·</p> <p>·</p> <p>·</p> <p>·</p> <p>·</p>				
<p>5.</p> <p>·</p> <p>·</p> <p>·</p> <p>·</p> <p>·</p>	<p>0</p>	<p>6</p>	<p>13, 2, 4, 9</p>	

11.		0	2	3, 4, 7	
12.		0	2	2, 3	

4.

: 6					
1			1, 13, 2, 5, 7, 9	0	0
]: , [2017]. - : http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=vtls000235922. -					
2			1, 10, 13, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	0	0
: , 2006. - 182, [1] : .. - http://www.ciu.nstu.ru/fulltext/textbooks/2006/06_Razumnikova1.rar []: , [2017]. - : http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=vtls000235922. -					
: 7					
1			1, 10, 13, 2, 3, 4, 5, 7, 9	8	3
; []: , [2017]. - : http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=vtls000235922. -					
2			10, 13, 5, 7, 8, 9	0	0

<p>... - : http://www.ciu.nstu.ru/fulltext/textbooks/2006/06_Razumnikova1.rar []: , [2017]. - : http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=vtls000235922. -</p>				
3		1, 10, 13, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	4	3
<p>/ . . . ; - . - , 2006. - 182, [1] . : .. - : http://www.ciu.nstu.ru/fulltext/textbooks/2006/06_Razumnikova1.rar []: - / . . . ; - . - , [2017]. - : http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=vtls000235922. -</p>				
4		1, 10, 13, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	38	0
<p>3.3 : 182, [1] . : .. - : http://www.ciu.nstu.ru/fulltext/textbooks/2006/06_Razumnikova1.rar []: - / . . . ; - . - , [2017]. - : http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=vtls000235922. -</p>				

5.

- , (. 5.1).

5.1

	-
	e-mail
	e-mail
	e-mail
	;

6.

(), - 15- ECTS.
. 6.1.

6.1

: 7		
<i>Подготовка к занятиям:</i>	0	
<i>Самостоятельное изучение теоретического материала:</i> исследование	20	30
<i>Практические занятия:</i>	10	20
<i>Контрольные работы:</i> Реферат	10	30
<i>Зачет:</i>	10	20

.8	1.	+	+
	2.	+	+
	1.	+	+
.13	6.	+	+
	7.	+	+
.8	1.	+	+

1

7.

1. Психология и культура здоровья. Базовые понятия, концепции и подходы: Учебное пособие / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - Ростов н/Д: Издательство ЮФУ, 2011. - 176 с. ISBN 978-5-9275-0849-5 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=550337> - Загл. с экрана.

2. Фролова, Ю.Г. Психология здоровья [Электронный ресурс] : пособие / Ю.Г. Фролова. – Минск: Вышэйшая школа, 2014. – 255 с. - ISBN 978-985-06-2352-2. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=509369> - Загл. с экрана.

1. Васильева О. С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : Учеб. пособие для вузов. - М., 2001. - 344 с.

2. Психология здоровья : Учебник для вузов / Под ред. Г. С. Никифорова. - СПб., 2003. - 606 с. : ил. - Алф. указ.: с. 599-606.

3. Психология здоровья : сб. тестовых заданий с эталонами ответов для студентов 1 курса, обучающихся по специальности 030401 - Клиническая психология (очная, очно-заочная формы обучения), 2014. - 42 с.

4. Секач М. Ф. Психология здоровья : учебное пособие для вузов / М. Ф. Секач ; Моск. открытый соц. ун-т. - М., 2005. - 189, [2] с.

1. ЭБС НГТУ : <http://elibrary.nstu.ru/>

2. ЭБС «Издательство Лань» : <https://e.lanbook.com/>

3. ЭБС IPRbooks : <http://www.iprbookshop.ru/>

4. ЭБС "Znanium.com" : <http://znanium.com/>

5. :

8.

8.1

1. Асанова Н. В. Психология здоровья [Электронный ресурс] : электронный учебно-методический комплекс / Н. В. Асанова ; Новосиб. гос. техн. ун-т. - Новосибирск, [2017]. - Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=vtls000235922. - Загл. с экрана.
2. Разумникова О. М. Основы социальной медицины : учебное пособие / О. М. Разумникова ; Новосиб. гос. техн. ун-т. - Новосибирск, 2006. - 182, [1] с. : ил. - Режим доступа: http://www.ciu.nstu.ru/fulltext/textbooks/2006/06_Razumnikova1.rar

8.2

- 1 Windows
- 2 Office

9.

-

1	Samsung MAX -T 55Q	

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новосибирский государственный технический университет»

Кафедра психологии и педагогики

“УТВЕРЖДАЮ”
ДЕКАН ФГО
д.ф.н., профессор М.В. Ромм
“ ____ ” _____ ____ г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Психология здоровья

Образовательная программа: 37.03.01 Психология, профиль: Социальная психология

1. Обобщенная структура фонда оценочных средств учебной дисциплины

Обобщенная структура фонда оценочных средств по дисциплине Психология здоровья приведена в Таблице.

Таблица

Формируемые компетенции	Показатели сформированности компетенций (знания, умения, навыки)	Темы	Этапы оценки компетенций	
			Мероприятия текущего контроля (курсовой проект, РГЗ(Р) и др.)	Промежуточная аттестация (экзамен, зачет)
ОК.8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	з1. знать основы здорового образа жизни	<p>Введение в предмет. Здоровье как социальная ценность. Подходы к определению понятий "здоровье" и "болезнь". Общественное и индивидуальное здоровье. Соотношение основных факторов риска заболеваний. Закономерности эволюции человека. Биологическая изменчивость в популяциях современного человека. Гормональные, генетические и средовые факторы, регулирующие рост. Связь телосложения с физиологическими функциями, болезнями и поведением. Акселерация физического и полового развития как социально-гигиеническая проблема. Роль наследственности и культуры в эволюции психических состояний и мышления. Механизмы развития заболеваний в современном индустриальном обществе. Стресс и продолжительность жизни. Адаптивное и патогенное значение стресса. Понятие об активном и пассивном стрессе. Значение индивидуальной стресс-реактивности. Причинные связи стресса и эмоциональной реактивности с вероятностью развития сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. Гиподинамия и информационный стресс как основные факторы развития болезней современного индустриального общества. Методы измерения адаптационной реактивности функциональных систем. Болезнь как приспособительная реакция. Модели развития болезней. Методы прогнозирования и моделирования в социально-</p>	Контрольная работа	Зачет, вопросы 1, 2, 3, 9

		<p>гигиенических исследованиях. Системный подход к организации и проведению медико-психологических исследований. Экспертные оценки. Графоаналитические модели. Вероятностно-статистические методы и модели. Техническое и программное обеспечение социально-гигиенических исследований.</p> <p>Моделирование показателей здоровья населения. Путь к интегральной медицине.</p> <p>Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан. Планирование, моделирование и координация взаимодействия лечебно-профилактических учреждений Показатели здоровья. Оценка состояния здоровья населения в России и регионах Сибири.</p> <p>Демографические и медико-статистические показатели здоровья. Основные принципы классификации болезней. Структура заболеваемости и смертности. Состояние здоровья населения в России и регионах Сибири.</p> <p>Сравнительная оценка здоровья населения в развитых и развивающихся странах Понятие об активном и пассивном стрессе.</p> <p>Значение индивидуальной стресс-реактивности.</p> <p>Современное состояние и проблемы здравоохранения Современное состояние и проблемы здравоохранения. История развития медицины. Специализация различных направлений здравоохранения. Гигиена и санитария. Международная координация медико-биологических исследований, роль ВОЗ.</p>		
ОК.8	з2. знать последствия отклонения от здорового образа жизни	<p>Генетика человека. Генетическая информация. Стабильность генетического материала и механизмы изменчивости. Генетические структуры человеческих популяций. Основные закономерности наследственности. Роль системы браков. Виды наследственных заболеваний. Медико-генетическое консультирование. Генная инженерия. Механизмы развития заболеваний в</p>	Контрольная работа	Зачет, вопросы 7,8, 14-16, 20

		современном индустриальном обществе. Стресс и продолжительность жизни. Адаптивное и патогенное значение стресса. Понятие об активном и пассивном стрессе. Значение индивидуальной стресс-реактивности. Причинные связи стресса и эмоциональной реактивности с вероятностью развития сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. Гиподинамия и информационный стресс как основные факторы развития болезней современного индустриального общества. Методы измерения адаптационной реактивности функциональных систем. Болезнь как приспособительная реакция.		
ОК.8	у1. уметь поддерживать здоровый образ жизни	Показатели здоровья. Оценка состояния здоровья населения в России и регионах Сибири. Демографические и медико-статистические показатели здоровья. Основные принципы классификации болезней. Структура заболеваемости и смертности. Состояние здоровья населения в России и регионах Сибири. Сравнительная оценка здоровья населения в развитых и развивающихся странах Современное состояние и проблемы здравоохранения Современное состояние и проблемы здравоохранения. История развития медицины. Специализация различных направлений здравоохранения. Гигиена и санитария. Международная координация медико-биологических исследований, роль ВОЗ.	Контрольная работа	Зачет, вопросы 7, 17,
ПК.13/ОУ способность к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса	зб. иметь представление о стандартных показателях общественного и индивидуального здоровья, факторах риска заболеваний	Генетика человека. Генетическая информация. Стабильность генетического материала и механизмы изменчивости. Генетические структуры человеческих популяций. Основные закономерности наследственности. Роль системы браков. Виды наследственных заболеваний. Медико-генетическое консультирование. Генная инженерия. Модели развития болезней. Методы прогнозирования и	Контрольная работа	Зачет, вопросы 10-13

		<p>моделирования в социально-гигиенических исследованиях. Системный подход к организации и проведению медико-психологических исследований. Экспертные оценки. Графоаналитические модели. Вероятностно-статистические методы и модели. Техническое и программное обеспечение социально-гигиенических исследований.</p> <p>Моделирование показателей здоровья населения. Путь к интегральной медицине. Понятие об активном и пассивном стрессе. Значение индивидуальной стресс-реактивности.</p>		
ПК.13/ОУ	<p>з7. знать особенности проявления психологических и поведенческих характеристик личности, способствующих сохранению здоровья в различных видах деятельности</p>	<p>Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан. Планирование, моделирование и координация взаимодействия лечебно-профилактических учреждений. Показатели здоровья. Оценка состояния здоровья населения в России и регионах Сибири. Демографические и медико-статистические показатели здоровья. Основные принципы классификации болезней. Структура заболеваемости и смертности. Состояние здоровья населения в России и регионах Сибири. Сравнительная оценка здоровья населения в развитых и развивающихся странах. Социальные болезни. Биологические предпосылки и социальные факторы развития социальных болезней: наркомании, токсикомании, алкоголизма, табакокурения. Эпидемиология и профилактика СПИДа. Пограничные психические состояния. Возрастные особенности психических расстройств. Организация психической и наркологической помощи..</p>	Контрольная работа	Зачет, вопросы 18, 19
ПК.8/НИ способность к проведению стандартного прикладного исследования в определенной области психологии	<p>з1. знать специфику реализации научного психологического метода при проведении прикладного исследования в определенной области психологии</p>	<p>Введение в предмет. Здоровье как социальная ценность. Подходы к определению понятий "здоровье" и "болезнь". Общественное и индивидуальное здоровье. Соотношение основных факторов риска заболеваний. Подходы к определению понятий "здоровье" и "болезнь", общественное и индивидуальное здоровье.</p>	Контрольная работа	Зачет, вопросы 1-5

2. Методика оценки этапов формирования компетенций в рамках дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в 7 семестре - в форме зачета, который направлен на оценку сформированности компетенций ОК.8, ПК.13/ОУ, ПК.8/НИ.

Зачет проводится в письменной форме, по билетам.

Кроме того, сформированность компетенций проверяется при проведении мероприятий текущего контроля, указанных в таблице раздела 1.

В 7 семестре обязательным этапом текущей аттестации является контрольная работа. Требования к выполнению контрольной работы, состав и правила оценки сформулированы в паспорте контрольной работы.

Общие правила выставления оценки по дисциплине определяются балльно-рейтинговой системой, приведенной в рабочей программе учебной дисциплины.

На основании приведенных далее критериев можно сделать общий вывод о сформированности компетенций ОК.8, ПК.13/ОУ, ПК.8/НИ, за которые отвечает дисциплина, на разных уровнях.

Общая характеристика уровней освоения компетенций.

Ниже порогового. Уровень выполнения работ не отвечает большинству основных требований, теоретическое содержание курса освоено частично, пробелы могут носить существенный характер, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы не достаточно, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнены или выполнены с существенными ошибками.

Пороговый. Уровень выполнения работ отвечает большинству основных требований, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.

Базовый. Уровень выполнения работ отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, возможно, содержат ошибки.

Продвинутый. Уровень выполнения работ отвечает всем требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.

Паспорт зачета

по дисциплине «Психология здоровья», 7 семестр

1. Методика оценки

Зачет проводится в устной форме, по билетам. Билет формируется по следующему правилу: первый вопрос выбирается из диапазона вопросов 1-10, второй вопрос из диапазона вопросов 11-20 (список вопросов приведен ниже). В ходе экзамена преподаватель вправе задавать студенту дополнительные вопросы из общего перечня (п. 4).

Форма билета для зачета

НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
Факультет ФГО

Билет № _____

к зачету по дисциплине «Психология здоровья»

1. Дайте определение психологии здоровья, в чем ее отличие от санологии или валеологии
2. Чем отличаются наследственные болезни от наследственной предрасположенности к заболеваниям

Утверждаю: зав. кафедрой ПиП _____ Тараканов А.В.
(подпись)

(дата)

2. Критерии оценки

- Ответ на билет для зачета считается **неудовлетворительным**, если студент при ответе на вопросы не дает определений основных понятий, не способен показать причинно-следственные связи явлений, оценка составляет *0-9 баллов*.
- Ответ на билет для зачета засчитывается на **пороговом** уровне, если студент при ответе на вопросы дает определение основных понятий, может показать причинно-следственные связи явлений, оценка составляет *10-13 баллов*.
- Ответ на билет для зачета засчитывается на **базовом** уровне, если студент при ответе на вопросы формулирует основные понятия, законы, дает характеристику процессов, явлений, проводит анализ причин, условий, может представить качественные характеристики процессов,

оценка составляет *14-17 баллов*.

- Ответ на билет для зачета засчитывается на **продвинутом** уровне, если студент при ответе на вопросы проводит сравнительный анализ подходов, проводит комплексный анализ, выявляет проблемы, предлагает механизмы решения, способен представить количественные характеристики определенных процессов, приводит конкретные примеры из практики, оценка составляет *18-20 баллов*.

3. Шкала оценки

Зачет считается сданным, если сумма баллов по всем заданиям билета составляет не менее 10 баллов из 20 возможных.

В общей оценке по дисциплине баллы за зачет учитываются в соответствии с правилами балльно-рейтинговой системы, приведенными в рабочей программе дисциплины.

4. Вопросы к зачету по дисциплине «Психология здоровья»

1. Дайте определение психологии здоровья, в чем ее отличие от санологии или валеологии
2. Каковы основные показатели физического и психологического здоровья
3. Перечислите основные факторы риска нарушения психологического здоровья
4. Каково значение сна для сохранения здоровья и успешности лечения?
5. Возрастные особенности психологических факторов в сохранении здоровья.
6. Перечислите стратегии адаптационного поведения. Как они связаны с развитием заболеваний?
7. Почему современное общество называют стрессогенным?
8. Как личностные факторы влияют на сохранение психического и физического здоровья?
9. Какие болезни следует отнести к социальным и по каким причинам?
10. Какие процессы ведут к генетической изменчивости или стабильности популяций.
11. Чем отличаются наследственные болезни от наследственной предрасположенности к заболеваниям
12. Какие существуют доказательства полигенного наследования морфологических, физиологических и психологических характеристик человека?
13. Для каких личностных черт обнаружена наследуемость?
14. В чем заключается биологическая роль пищевых продуктов, в том числе – специфическое значение белков, жиров, углеводов?
15. Назовите основные психологических факторы нарушений пищевого поведения
16. Каковы психологические и социальные причины ожирения?
17. Какие психологические процессы лежат в основе экотерапии?

- 18.** Как связаны физическая нагрузка и психическое здоровье?
- 19.** Каковы позитивные и негативные последствия научно-технического прогресса для психического здоровья?
- 20.** Сопоставьте процессы нервной и гуморальной регуляции: в чем заключается их сходство, а в чем различие?

Паспорт контрольной работы

по дисциплине «Психология здоровья», 7 семестр

1. Методика оценки

Контрольная работа выполняется письменно в виде рефератов. Темы рефератов выдаются на установочной лекции. Затем студент выступает со своей работой перед аудиторией.

2. Критерии оценки

Каждое задание контрольной работы оценивается в соответствии с приведенными ниже критериями.

Контрольная работа считается **невыполненной**, если работа полностью заимствована из Интернета, оформление работы не соответствует критериям реферата. Оценка составляет 0 - 9 баллов.

Работа выполнена на **пороговом** уровне, если работа выполнена формально: основной текст работы не содержит разделов (глав), нет общего заключения, используется минимум литературы и нет ссылок на источники информации. Оценка составляет 10-15 баллов.

Работа выполнена на **базовом** уровне, если анализ научной литературы выполнен в полном объеме в соответствии с целями и задачами работы, но не дано целостной картины проблематики и развернутого заключения, используется минимум литературы, присутствуют задания для группы. Оценка составляет 16- 24 баллов.

Работа считается выполненной **на продвинутом** уровне, если анализ научной литературы выполнен в полном объеме в соответствии с целями и задачами работы, представлена целостная картина и развернутое заключение, есть ссылки на источники информации, список использованной литературы соответствует требованиям. Оценка составляет 25-30 баллов.

3. Шкала оценки

В общей оценке по дисциплине баллы за контрольную работу учитываются в соответствии с правилами балльно-рейтинговой системы, приведенными в рабочей программе дисциплины.

4. Пример варианта контрольной работы

Темы рефератов

1. Античная психология здоровья.
2. Валеология (наука о индивидуальном здоровье человека).
3. Санология (наука об общественном здоровье)
4. Влияние цвета на психологическое здоровье личности.
5. Влияние музыки на психологическое здоровье личности.
6. Интеллект и здоровье.
7. Юмор и здоровье.
8. Танцевальная терапия.
9. Арт-терапия.
10. Биоритмы.
11. Релаксация.

12. Психология питания.
13. Современное представление о здоровом и нездоровом образе жизни.
14. Компоненты образа жизни, положительно влияющие на здоровье.
15. Психологические теории стресса и стрессоустойчивости
16. Концепции здоровья личности в гуманистической психологии (А.Маслоу, К.Роджерс, В.Франкл, Э.Фромм)
17. Ценности человеческой жизни. Бытийные ценности и метаценности, их связь с душевным и духовным здоровьем человека, согласно А.Маслоу.
18. «Здоровое» и «больное» общество, по Э. Фромму.
19. Сравнительный анализ научных подходов к пониманию здоровья.
20. Адаптационная модель здоровой личности.
21. Состояние здоровья населения в России и регионах Сибири.
22. Сравнительная оценка здоровья населения в развитых и развивающихся странах