

Министерство науки и высшего образования РФ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.06 Психология здоровья

---

наименование дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом

Направление подготовки / специальность

37.03.01 Психология

---

Направленность (профиль)

37.03.01.32 Психология развития и консультирования

---

Форма обучения

очная

---

Год набора

2021

---

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Программу составили \_\_\_\_\_

Канд. психол. наук, Доцент, С.М. Колкова

\_\_\_\_\_  
должность, инициалы, фамилия

## 1 Цели и задачи изучения дисциплины

### 1.1 Цель преподавания дисциплины

Показать значение психологии здоровья в изучении факторов здоровья, а также средств и методов его сохранения, укрепления и развития.

### 1.2 Задачи изучения дисциплины

1. Показать связь психологии здоровья с другими науками.
2. Дать понятие об основных методологических подходах и методах, разработанных в современной психологии здоровья.
3. Продемонстрировать значение психологических факторов, влияющих на формирование и развитие болезней, их профилактику.

### 1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Запланированные результаты обучения по дисциплине
<b>ПК-4: Способен к оказанию психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию</b>	
ПК-4.1: Формирует команду и проводит программы активизации личностных ресурсов клиентов	Личностные ресурсы активировать программы личностных ресурсов способами активировать программы личностных ресурсов
ПК-4.2: Разрабатывает программы групповой работы по психологической поддержке клиентов	Понятие психологической поддержки клиентов уметь психологически поддержать клиентов способами психологической поддержки клиентов
ПК-4.3: Эффективно взаимодействует с разными лицами и группами по вопросам психологической помощи клиентам	Понятие психологической помощи оказывать психологическую помощь способами эффективной психологической помощи
<b>ПК-7: Способен осуществлять психологическую диагностику особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации, в том числе несовершеннолетних обучающихся, признанных в случаях и в порядке, которые предусмотрены уголовно-процессуальным законодательством, подозреваемыми, обвиняемыми или подсудимыми по уголовному делу либо являющихся потерпевшими или свидетелями преступления, по запросу органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних</b>	

ПК-7.1: Демонстрирует знания теории, методологии психодиагностики, классификации диагностических методов, их возможности и ограничения,	особенности лиц с овз психологически диагностировать лица с овз способами психологической диагностики лиц с овз
предъявляемые к ним требования	
ПК-7.2: Способен диагностировать интеллектуальные, личностные и эмоционально-волевые особенности личности (в том числе у лиц с ограниченными возможностями здоровья)	методики диагностики диагностировать особенности лиц с овз способами диагностики лиц с овз
ПК-7.3: Способен применять современные образовательные технологии, включая информационные психодиагностические ресурсы	образовательные технологии применять современные образовательные технологии способами современных образовательных технологий
<b>УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
УК-7.1: Знаком с теоретическими основами здоровьесбережения для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	знает характеристики и механизмы процессов самоорганизации, саморазвития и самореализации личности, исходя из целей совершенствования профессиональной деятельности Применять знания о здоровьесбережения в пофессиональной деятельности Знаниями о здоровьесбережения в пофессиональной деятельности
УК-7.2: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	должный уровень физической культуры поддерживать должный уровень физической культуры Способами поддерживать должный уровень физической культуры
УК-7.3: Использует способы поддержания физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Способы поддержания физической подготовки Применять на практике способы поддержания физической подготовки Владеть на практике способами поддержания физической подготовки

#### 1.4 Особенности реализации дисциплины

Язык реализации дисциплины: Русский.

Дисциплина (модуль) реализуется без применения ЭО и ДОТ.

## 2. Объем дисциплины (модуля)

Вид учебной работы	Всего, зачетных единиц (акад.час)	е
		1
<b>Контактная работа с преподавателем:</b>	<b>1,83 (66)</b>	
занятия лекционного типа	0,83 (30)	
практические занятия	1 (36)	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	<b>0,17 (6)</b>	
курсовое проектирование (КП)	Нет	
курсовая работа (КР)	Нет	
<b>Промежуточная аттестация (Экзамен)</b>	<b>1 (36)</b>	

### 3 Содержание дисциплины (модуля)

#### 3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

		Контактная работа, ак. час.							
№ п/п	Модули, темы (разделы) дисциплины	Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа				Самостоятельная работа, ак. час.	
				Семинары и/или Практические занятия		Лабораторные работы и/или Практикумы			
		Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС
<b>1. Психология здоровья как новое научное направления</b>									
	1. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры	5							
	2. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры			4					
	3. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры							1	
	4. Физическое, психическое и социальное здоровье	1							
	5. Физическое, психическое и социальное здоровье			2					
	6. Физическое, психическое и социальное здоровье								
	7. Здоровье и образ жизни	5							
	8. Здоровье и образ жизни			6					
	9. Здоровье и образ жизни							1	
<b>2. Жизненный путь человека и его здоровье</b>									
	1. Жизненный путь человека и его влияние на здоровье	5							

2. Жизненный путь человека и его влияние на здоровье			4					
3. Жизненный путь человека и его влияние на здоровье							1	
4. Психология профессионального здоровья	6							
5. Психология профессионального здоровья			7					
6. Психология профессионального здоровья							1	
7. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека	1							
8. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека			2					
9. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека							1	
10. Психология старения и долголетия	7							
11. Психология старения и долголетия			11					
12. Психология старения и долголетия							1	
Всего	30		36				6	



## **4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

### **4.1 Печатные и электронные издания:**

1. Махнач А. В., Дикая Л. Г. Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты: [монография](Москва: Институт психологии РАН).
2. Михальчи Е. В. Инклюзивное образование: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры по гуманитарным направлениям(Москва: Юрайт).
3. Сетко Н. П., Сетко А. Г., Булычева Е. В. Адаптационная медицина детей и подростков: [монография](Оренбург).
4. Ананьев В. А. Практикум по психологии здоровья. [Методическое пособие по первичной специфической и неспецифической профилактике]: [учебно-методическое пособие для студентов вузов РФ (Санкт-Петербург: Речь).
5. Секач М. Ф. Психология здоровья: учебное пособие для студентов вузов по психологическим специальностям(Москва: Академический проект).

### **4.2 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства (программное обеспечение, на которое университет имеет лицензию, а также свободно распространяемое программное обеспечение):**

1. Лицензионный сертификат: Microsoft® WindowsProfessional 7 RussianUpgradeAcademic OPEN 1 LicenceNolevel; реквизиты:60210370; срок действия: бессрочно, периодичность обновления: бессрочно

### **4.3 Интернет-ресурсы, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

1. Электронная библиотечная система «Консультант студента». – URL: <https://www.studentlibrary.ru/>
2. Электронная библиотечная система Znanium. – URL: <https://znanium.com/>
3. Электронно-библиотечная система «ИНФРА-М». – URL: <https://pandia.ru/>
4. Электронно-библиотечная система «Лань». – URL: <https://e.lanbook.com/>
5. Электронно-библиотечная система «Рукопт». – URL: <https://lib.rucont.ru/>
6. Электронный каталог научной библиотеки СФУ. – URL: <http://catalog.sfu-kras.ru/>

## **5 Фонд оценочных средств**

Оценочные средства находятся в приложении к рабочим программам дисциплин.

## **6 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, оснащенных набором демонстрационного оборудования (компьютер, проектор с электронной доской), специализированной мебелью.

Помещение для самостоятельной работы оснащено компьютерной техникой с доступом в сеть Интернет и электронную информационно-образовательную среду СФУ.

Основная и дополнительная литература укомплектована в количестве, требуемом ФГОС ВО.

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья в зависимости от нозологии осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения.