

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

**Б1.В.05 Психология здоровья**

---

наименование дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом

Направление подготовки / специальность

**37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ**

---

Направленность (профиль)

**37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ**

---

Форма обучения

**очная**

---

Год набора

**2020**

---

Красноярск 2022

## **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>ОК-7: способностью к самоорганизации и самообразованию</b>	
ОК-7: способностью к самоорганизации и самообразованию	знает характеристики и механизмы процессов самоорганизации, саморазвития и самореализации личности, исходя из целей совершенствования профессиональной деятельности Применять знания о здоровьесбережения Знаниями о здоровьесбережения в профессиональной деятельности
<b>ОПК-1: способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности</b>	

<p>ОПК-1: способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности</p>	<p>Знает основные закономерности функционирования информационных процессов в различных системах; используемые в современной психологии методы информационно-коммуникационных технологий для решения стандартных задач профессиональной деятельности, современное состояние и тенденции развития технических и программных средств автоматизации и компьютеризации в области психологии</p> <p>Умеет на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности решать стандартные задачи профессиональной деятельности</p> <p>Владеет методами решения стандартных задач профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных</p>
	<p>технологий и с учетом основных требований информационной безопасности</p>
<p><b>ПК-1: способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности</b></p>	
<p>ПК-1: способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности</p>	<p>Знает стандартные программы по предупреждению и способы профилактики отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, систему психологических категорий и методов, необходимых для профессиографии, а так же психологические последствия влияния на человека различных видов профессиональной деятельности</p> <p>Умеет применять программы и методы, направленные на гармонизацию психического функционирования человека и предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии</p> <p>Владеет навыками анализа последствий влияния на человека профессиональной деятельности, а также стандартными программами, профилактики отклонений в социальном и личностном статусе и развитии</p>

#### **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>0,89 (32)</b>	
занятия лекционного типа	0,44 (16)	
практические занятия	0,44 (16)	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	<b>1,11 (40)</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	2							
	2. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры			2					
	3. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры							10	
	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	2							
	8. Здоровье и образ жизни			2					
	9. Здоровье и образ жизни							10	
<b>2. Жизненный путь человека и его здоровье</b>									
	1. Жизненный путь человека и его влияние на здоровье	4							

2. Жизненный путь человека и его влияние на здоровье			3					
3. Жизненный путь человека и его влияние на здоровье							11	
4. Психология профессионального здоровья	4							
5. Психология профессионального здоровья			5					
6. Психология профессионального здоровья							7	
7. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека	1							
8. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека			1					
9. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека							1	
10. Психология старения и долголетия	2							
11. Психология старения и долголетия			1					
12. Психология старения и долголетия							1	
Всего	16		16				40	

## **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 «Руконт». – 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.