Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.09.2025 15:19:25
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679172803da5b765597c63e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет психологии
Кафедра социальной и педагогической психологии

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры социальной и педагогической психологии
Протокол от « 20 » января 2025 г., № 8
Зав. кафедрой _____ Сидячева Н.В.

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине

Психология здоровья и благополучия

Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Программа подготовки: Семейное и детское психологическое консультирование

Москва
2025

Содержание

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания
3. Задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код Компетенции	Этапы формирования компетенций
СПК-3. Способен разрабатывать и реализовывать методы и технологии, позволяющие решать диагностические и коррекционно-развивающие задачи, направленные на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, снятие тревожности, решение проблем в сфере общения и поведения.	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код оцениваемой компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
СПК-3	пороговый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знать особенности профессиональной деятельности психолога, уметь ставить профессиональные задачи. Уметь устанавливать контакт с другими, вести диалог. Уметь управлять собой.	Устный опрос	Шкала оценивания устного опроса
	продвинутый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знать особенности профессиональной деятельности психолога, уметь ставить профессиональные задачи. Уметь слушать другого, владеть навыками эмпатии, установления доверительного контакта и диалога, убеждению и поддержки людей. Владеть навыками постановки профессиональных задач, иметь представление о путях их выполнение и практические навыки их решать.	Устный опрос, реферат	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата

Описание шкал оценивания

Шкала оценивания устного опроса

Уровень оценивания	Критерии оценивания	Баллы
Устный опрос	Свободное владение материалом	5
	Достаточное усвоение материала	4
	Поверхностное усвоение материала	2
	Неудовлетворительное усвоение материала	0

Шкала оценивания реферата

Уровень оценивания	Критерии оценивания	Баллы
Реферат	Соответствие содержания теме реферата; глубина проработки материала; грамотность и полнота использования источников; грамотность речи и владение текстом реферата	10
	Соответствие содержания теме реферата; глубина проработки материала; использовано недостаточное количество источников; грамотность речи и владение текстом реферата	7
	Соответствие содержания теме реферата; недостаточная глубина проработки материала; использовано недостаточное количество источников; грамотность речи и владение текстом реферата	4
	Несоответствие содержания теме реферата; недостаточная глубина проработки материала; использовано недостаточное количество источников; недостаточное владение текстом реферата	0

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Текущий контроль

СПК-3. Способен разрабатывать и реализовывать методы и технологии, позволяющие решать диагностические и коррекционно-развивающие задачи, направленные на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, снятие тревожности, решение проблем в сфере общения и поведения

Знать особенности профессиональной деятельности психолога, уметь ставить профессиональные задачи

Уметь слушать другого, владеть навыками эмпатии, установления доверительного контакта и диалога, убеждению и поддержки людей

Владеть навыками постановки профессиональных задач, иметь представление о путях их выполнение и практические навыки их решать

Знать особенности профессиональной деятельности психолога, уметь ставить профессиональные задачи

Примерные темы рефератов

1. Жизненный путь личности.
2. Возрастные кризисы взрослого человека.
3. Акмеология и ее роль в понимании личности.
4. Стадии становления личности и стадии карьеры.
5. Личность руководителя.
6. Индивидуальность личности.
7. Проблема воли и волевой регуляции личности.
8. Психологическая защита личности.
9. Свобода и ответственность личности.
10. Личностный выбор.
11. Личностный рост.

Уметь слушать другого, владеть навыками эмпатии, установления доверительного контакта и диалога, убеждению и поддержки людей

Примерные темы устных опросов

1. Индивид и личность.
2. Движущие силы и условия развития личности.
3. Проблема периодизации развития личности.
4. Индивидуальные свойства человека и его роль в развитии личности.
5. Личность в социогенезе.
6. Социально-исторический образ жизни – источник развития личности.
7. Персоногенез личности: индивидуальность личности и ее жизненный путь.
8. Структура личности и различные подходы к ее изучению
9. Проблема личностного выбора.
10. Свобода и ответственность личности.
11. Теории личности в отечественной психологии (сравнение двух теорий)
12. Теории личности в зарубежной психологии (по выбору, не менее трех).

Владеть навыками постановки профессиональных задач, иметь представление о путях их выполнении и практические навыки их решать

1. Психология здоровья в системе наук о здоровье человека.
2. История развития психологии здоровья в России и за рубежом.
3. Предмет и задачи исследования психологии здоровья.
4. Основные научные подходы к исследованию здоровья и болезни.
5. Холистический подход к проблеме здоровья.
6. Биомедицинская и биопсихосоциальная модели здоровья.
7. Здоровье как системное понятие.
8. Уровни рассмотрения здоровья и их взаимосвязь.
9. Психическое здоровье: критерии и методы оценки.
10. Социальное здоровье: критерии и методы оценки.
11. Психологическое здоровье: критерии и методы оценки.
12. Классификации факторов, определяющих состояние здоровья.
13. Психолого-социальные факторы здоровья.
14. Здоровый образ жизни: определение, категории образа жизни.
15. Основные факторы здорового образа жизни.
16. Психология здорового образа жизни.
17. Мотивация здорового образа жизни. Барьеры здорового поведения.
18. Формирование установок на ЗОЖ, гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей.
19. Отношение к здоровью. Внутренняя картина здоровья личности (ВКЗ).
20. Гендерный аспект отношения к здоровью.
21. Модели здоровой личности в ведущих психологических школах.
22. Концепция здоровой личности в психоанализе.
23. Характеристики здоровой личности (Г. Олпорт).
24. Характеристики здоровой личности (А. Маслоу).
25. Характеристики здоровой личности (К. Роджерс).
26. Условия формирования здоровой личности (В.М. Бехтерев).
27. Качество жизни, связанное со здоровьем: объективные характеристики и психологические составляющие.
28. Удовлетворенность жизнью и субъективное благополучие как психологические переменные.
29. Концепция психологического благополучия К. Рифф.
30. Психологические ресурсы здоровья и благополучия личности.
31. Методы диагностики и эмпирические исследования ресурсов здоровья и благополучия личности.
32. Психологическое обеспечение профессионального здоровья.
33. Психологические стрессоры в профессиональной деятельности.
34. Профессиональная деятельность и отношение к здоровью.
35. Синдром выгорания: виды, факторы и подходы к профилактике.

36. Психологические особенности сохранения здоровья работников различных профессиональных сфер.

Промежуточный контроль

Примерные вопросы к зачету

1. Понятие личности в психологии.
2. Задачи курса психологии личности.
3. Структура личности.
4. Критерии оценки теорий личности.
5. Компоненты теории личности.
6. Основные теории личности в зарубежной психологии.
7. Психодинамическая теория Фрейда З., Адлера А., Юнга К. основа психоанализа.
8. Феноменологическая теория К.Роджерса, А.Маслоу.
9. Теория черт личности Г.Олпорт, Г.Айзенк, Р.Кеттелл.
10. Бихевиористические теории личности Б.Скиннер. Д. Уотсон.
11. Когнитивная теории личности Д. Келли.
12. Социально-когнитивная теория А.Бандура,
13. Гуманистический психоанализ К.Хорни, Э.Эриксон, Э.Фромм.
14. Акцентуации личности К.Леонгарда
15. Трансперсональная психология – С.Грофф.
16. Йога, дзэн, суфизм.
17. Экзистенциальная психология Р.Мэя.
18. Теории личности в отечественной психологии.
19. Поведенческое направление –Павлов И.П.,Сеченов И.М.,В.М.Бехтерев.
20. Культурно-историческое направление Л.В.Выготский, А.Г.Асмолов.
21. Деятельностный подход –С.Л.Рубинштейн, А.Н.Леонтьев, Б.Ф.Ломов.
22. Психология установки – Д.Н.Узнадзе.
23. Комплексный подход – Б.Г.Ананьев, В.Н.Мясищев.
24. Системный подход – К.К. Платонов, А.В.Петровский, Кон И.С., Фельдштейн Д.И.,Божович Л.И.
25. Регуляция личности, ее виды и различия.
26. Личностный выбор.
27. Психологическое время и развитие личности.
28. Самосознание личности.
29. Самоактуализация личности и самоутверждение.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Основными формами текущего контроля являются: устные опросы, подготовка рефератов.

Реферат – публичное сообщение на определенную тему, в процессе подготовки которого студент использует те или иные навыки исследовательской работы. Подготовка докладов предполагается по содержащимся в рабочей программе дисциплины темам.

Максимальное количество баллов, которое может набрать студент в течение семестра за текущий контроль, равняется 80 баллам.

Минимальное количество баллов, которые студент должен набрать в течение семестра за текущий контроль равняется 40 баллам.

Максимальная сумма баллов, которые студент может получить на экзамене, равняется 20 баллам.

Формой промежуточной аттестации является зачет,

Шкала оценивания зачета

Шкала оценивания зачета

Количество баллов	Критерии оценивания
20-15	магистрант показал в ответе в полном объеме знание теории вопроса, привел практические примеры, ответ хорошо структурирован по форме; магистрант показал в ответе знание теории вопроса, привел практические примеры, однако в структурном отношении ответ имеет погрешности
менее 15	магистрант допускал в ответе грубые ошибки в освещении теории вопроса с неточностями и/или не справился с задачей иллюстрации ответа практическими примерами, в структурном отношении ответ не продуман.

Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины

Баллы	Оценивание по системе «зачтено / не зачтено»
100-41	зачтено
40-0	не зачтено