

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Наумова Наталия Александровна

Должность: Ректор

Дата подписания: 10.07.2025 12:21:05

Уникальный идентификатор:

6b5279da4e034bffa6791728034a60c59d4a2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»

(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра современных оздоровительных технологий и адаптивной физической культуры

Согласовано

деканом факультета физической культуры и спорта

спорта

«19» марта 2025 г.


Кулишенко И.В./

Рабочая программа дисциплины

Психосоматика и психология здоровья

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Профиль:

Физкультурно-оздоровительные технологии

Квалификация

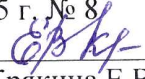
Бакалавр

Форма обучения

Очная

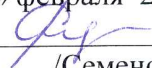
Согласовано учебно-методической комиссией факультета физической культуры и спорта

Протокол «19» марта 2025 г. № 8

Председатель УМКом 
/Крякина Е.В./

Рекомендовано кафедрой современных оздоровительных технологий и адаптивной физической культуры

Протокол от «26» февраля 2025 г. № 7

Зав. кафедрой 
/Семенова С.А./

Москва

2025

Автор-составитель:

Семенова С.А., к.п.н., доцент кафедры современных оздоровительных технологий и адаптивной физической культуры

Рабочая программа дисциплины «Психосоматика и психология здоровья» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 19.09.2017 г. № 940.

Дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является обязательной для изучения.

Год начала подготовки (по учебному плану) 2025

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты обучения.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	5
3. Объем и содержание дисциплины.....	5-6
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.....	6-8
5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.....	8-10
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....	11-14
7. Методические указания по освоению дисциплины.....	14-17
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	17-18
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	18- 19

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины

Цель дисциплины - сформировать у студентов систему знаний и технологий применения основных средств физической культуры в сохранении и укреплении здоровья разных групп населения в процессе оздоровительной, рекреационной, коррекционной, реабилитационной деятельности.

Задачи дисциплины:

- предоставить студентам для изучения систему знаний, базирующихся на интегративном представлении о здоровье и болезни, представления о болезни как разновидности состояния здоровья, социальной роли здоровья и болезни в современном обществе и подготовке их к профессиональной деятельности по сохранению, то есть предотвращению потерь здоровья разных групп населения;

- сформировать у студентов системы знаний о значении психологических знаний для научно - биологического и практического использования физической культуры в деятельности развития здоровья до более высоких уровней разных групп населения;

- сформировать у студентов необходимое для эффективной профессиональной деятельности мотивационно-ценностное отношение к оздоровительной и реабилитационной физической культуре, понимание психологических проблем больного человека и пациента с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалида

- обеспечить установку будущей профессиональной деятельности студентов на формирование у пациентов с ОВЗ и инвалидов здорового стиля жизни, физического развития и самосовершенствования, самовоспитания, потребности в регулярных самостоятельных занятиях адаптивными физическими упражнениями и адаптивным спортом;

- обеспечить овладение студентами системой практических умений и навыков, обеспечивающих у пациентов с ОВЗ и инвалидов преодоление психологических проблем болезни, сохранение и здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности в процессе занятий в адаптивной физической культурой;

- обеспечить общую и профессионально-прикладную готовность, готовность студента к будущей деятельности в области оздоровительной физической культуры и АФК;

- обеспечить приобретение студентами опыта творческого использования оздоровительной физической культуры и АФК в профессиональной деятельности;

- создать предпосылки для формирования профессионального самоопределения студента в области оздоровительной физической культуры и АФК

1.2. Планируемые результаты обучения

В результате освоения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

ДПК-9. Способен организовывать и вести рекреационную деятельность в организациях различного типа с учетом особенностей обучающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов;

ДПК-10. Способен выбирать средства и методы двигательной рекреации для коррекции состояния обучающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности;

ДПК-11. Способен реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является обязательной для изучения.

Обучение студентов строится на основе знаний, ранее полученных ими при изучении следующих дисциплин:

- **«Психология»:** требования к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимые при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения дисциплины "Психология": знания о психологии функциональных состояний (стресса, сна и бодрствования, и др), психологии свойств человека (темперамент, характер, способности), психологических процессах человека (познавательных, коммуникативных, рефлексивных, мотивационных, творческих, волевых и др), знаний в области психологии адаптации здорового и больного человека(фрустрация, вытеснение, копинг и др).

- **«Физиология человека»:** требования к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимые при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения дисциплины " Физиология человека": физиология двигательного аппарата и центральной нервной системы; физиологические принципы управления движениями. Физиология спортивных упражнений. Физиологические особенности детей, подростков и взрослых. Физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости.

- **«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»:** требования к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимые при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения дисциплины " Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности": особенности гигиенического обеспечения занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности.

- **«Теория и методика физической культуры»:** требования к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимые при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения дисциплины " Теория и методика физической культуры": систематика средств, методов и форм физического воспитания; теория и технология обучения двигательным действиям и развивающего воздействия на физические качества индивида; физкультурно-кондиционная тренировка.

3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем дисциплины

Показатель объема дисциплины	Форма обучения
	Очная
Объем дисциплины в зачетных единицах	2
Объем дисциплины в часах	72
Контактная работа:	30,2
Лекции	10
Практические занятия	20
Контактные часы на промежуточную аттестацию:	0,2
Зачет	0,2
Самостоятельная работа	34
Контроль	7,8

Форма промежуточной аттестации: зачет в 6 семестре.

3.2. Содержание дисциплины

Наименование тем дисциплины и их краткое	Кол-во часов
--	--------------

содержание	Лекции	Практические занятия
Тема 1. Современные научные данные о здоровье, до нозологическом периоде и болезни	2	2
Тема 2. Модели и «внутренняя картина» болезни». Психологические ресурсы преодоления болезни. Копинг	2	4
Тема 3. Психологические состояния и свойства личности больного человека	2	4
Тема 4. Динамика психологических процессов при различных стадиях болезни	2	6
Тема 5 Проявление индивидуальных особенности психики при заболеваниях. Типы ВНД и темперамент, их использование при лечении и реабилитации	2	4
Итого	10	20

4.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Темы для самостоятельного изучения	Изучаемые вопросы	Количество часов	Формы самостоятельной работы	Методическое обеспечение	Формы отчетности
Тема 1. Современные научные данные о здоровье, до нозологическом периоде и болезни	1 Развитие учения о здоровье. 2.Современные данные об составляющих здоровья: биологическая составляющая2.психологическая, 3 социальная 3.Интегративная концепция здоровья 4.Патологи – учение о болезни. Биопсихосоциальная природа болезни 4.Учение о донозологическом периоде 5.Психология болезни как раздел медицинского знания	6	Подготовка к устному опросу, подготовка конспекта методической литературы, подготовка к контрольной работе	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа
Тема 2. Модели и «внутренняя картина» болезни». Психологические ресурсы	1. Развитие представлений о здоровье в форме моделей 2.Понятие о «внутренней картине» здоровья 3. Ресурсная концепция С. Хобфолла преодоления стресса и патологий 4. Концепция Лазаруса о	6	Подготовка к устному опросу, подготовка конспекта методической литературы,	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа

преодоления болезни. Копинг	копинге как психологическом качестве личности преодоления трудностей, в том числе при патологиях, ОВЗ и инвалидности		подготовка к контрольной работе		
Тема 3. Психологичес кие состояния и свойства личности больного человека	1.«Психологический портрет больного человека». Роль нарушений психического здоровья для процесса болезни 2.Динамика психологических состояний человека при заболевании, травме 3.Изменение психологических свойств личности больного человека 4. Методы восстановления психического здоровья больного	6	Подготовка к устному опросу, подготовка конспекта методическо й литературы, подготовка к контрольной работе	Учебно- методическ ое обеспечени е дисциплин ы	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа
Тема 4. Динамика психологичес ких процессов при различных стадиях болезни	Динамика психологических процессов при различных стадиях болезни: 1.познавательных 2. коммуникативных 3.эмоциональных 4. мотивационных 5.рефлексивных 6.творческих 7.волевых	8	Подготовка к устному опросу, подготовка конспекта методическо й литературы, подготовка к контрольной работе	Учебно- методическ ое обеспечени е дисциплин ы	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа
Тема 5 Проявление индивидуальн ых особенности психики при заболеваниях. Типы ВНД и темперамент, их использовани е при лечении и реабилитации	1.Учение И.П. Павлова о типах ВНД. 2. Типы ВНД и темперамент, их использование при лечении и реабилитации больных и инвалидов 3.Социально- психологическая теория Выгодского Л.С. о высших психических функциях 4. Применение теории Выгодского Л.С.для лечения и реабилитации больных и инвалидов	8	Подготовка к устному опросу, подготовка конспекта методическо й литературы, подготовка к контрольной работе	Учебно- методическ ое обеспечени е дисциплин ы	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа
Итого:		34			

5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

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

Код и наименование компетенций	Этапы формирования
ДПК-9. Способен организовывать и вести рекреационную деятельность в организациях различного типа с учетом особенностей обучающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа
ДПК-10. Способен выбирать средства и методы двигательной рекреации для коррекции состояния обучающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа
ДПК-11. Способен реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа

5.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
ДПК-9	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа.	Знать: - основные приемы рекреационной деятельности; - виды, формы и средства рекреационной деятельности в зависимости от гигиенических и естественных средовых факторов; - методы контроля за функциональным состоянием занимающихся Уметь: - применять методы и средства сбора информации об оздоровительно-рекреативной деятельности; - организовывать планомерное воздействие на трудящихся, в целях приобщения к систематическим занятиям оздоровительной физической культурой; - формировать у занимающихся знания и умения, необходимые для эффективного использования оздоровительной физической культуры в соответствии с	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта методической литературы Шкала оценивания контрольной работы

			состоянием здоровья и потребностями в занятиях. Владеть: - средствами и приемами рекреационно-оздоровительной деятельности для укрепления и коррекции состояния здоровья занимающихся; - навыками контроля и анализа за состоянием здоровья занимающихся.		
	Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа.	Знать: - основные приемы рекреационной деятельности; - виды, формы и средства рекреационной деятельности в зависимости от гигиенических и естественных средовых факторов; - методы контроля за функциональным состоянием занимающихся Уметь: - формировать у занимающихся знания и умения, необходимые для эффективного использования оздоровительной физической культуры в соответствии с состоянием здоровья и потребностями в Владеть: - технологиями обучения физическими упражнениям, развития физических способностей, воспитания, методами организации деятельности занимающихся на занятиях, методами контроля и дозирования нагрузок с учетом возрастных и половых особенностей занимающихся в условиях конкретного учреждения	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта методической литературы Шкала оценивания контрольной работы
ДПК-10	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа.	Знать: - цель, задачи, основные направления двигательной рекреации с различными группами населения. - основные средства и методы двигательной рекреационной деятельности; Уметь: - выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности в соответствии с особенностями контингента; - собирать и анализировать	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта методической литературы

			информацию о состоянии здоровья обучающихся; Владеть: - средствами, методами двигательной рекреации для коррекции состояния здоровья занимающихся; - навыками анализа и контроля за состоянием здоровья обучающихся.		Шкала оценивания контрольной работы
	Продвину тый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа.	Знать: - виды, формы занятий в ходе рекреационной двигательной деятельности; - методы контроля за функциональным состоянием занимающихся с учетом их индивидуального психофизического статуса. Уметь: - выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности в соответствии с особенностями контингента; - собирать и анализировать информацию о состоянии здоровья обучающихся; - применять различные методы контроля и коррекции функционального состояния занимающихся на основе объективных данных. Владеть: - навыками анализа и контроля за состоянием здоровья занимающихся	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта методической литературы Шкала оценивания контрольной работы
ДПК-11	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа.	Знать: - основные понятия, задачи и принципы оздоровительной тренировки; - базовые компоненты и факторы здорового образа жизни. Уметь: - извлекать информацию из различных источников затрагивающих проблемы состояния здоровья занимающихся; Владеть. - различными методиками оздоровительной направленности; - навыками разработки и реализации оздоровительных технологий спортивно-рекреационной направленности.	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта методической литературы Шкала оценивания контрольной работы

Продвину тый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоя тельная работа.	Знать: - содержание программ оздоровительной тренировки для различного контингента занимающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния; Уметь: - применять весь спектр средств и методов оздоровительной направленности в своей практической деятельности; - конкретизировать проявление оздоровительного эффекта в процессе занятий. Владеть. - различными методиками оздоровительной направленности; - навыками разработки и реализации оздоровительных технологий спортивно- рекреационной	Устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта методическо й литературы Шкала оценивания контрольной работы
-----------------	--	--	--	---

Описание шкал оценивания

Шкала оценивания конспекта методической литературы

Критерии	Количество баллов
Содержание конспекта соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью. Присутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	8-10 баллов
Содержание конспекта недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам темы, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения. Присутствуют некоторые схемы, таблицы.	6-8 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки. В конспекте отсутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	3-5 баллов

Шкала оценивания устного опроса

Критерии	Количество баллов
высокая активность на практических занятиях, содержание и изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	8-10 баллов
участие в работе на практических занятиях, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал	6-8 баллов

достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	
низкая активность на практических занятиях, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	3-5 баллов
отсутствие активности на практических занятиях, студент показал незнание материала по содержанию дисциплины.	Меньше 3

Шкала оценивания реферата

Критерии	Количество баллов
Содержание соответствует поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	20-30 баллов
Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	15-20
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	10-15 баллов

Шкала оценивания контрольной работы

Критерии	Количество баллов
- студент глубоко и всесторонне усвоил проблему; - уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает; - опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью; - умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи; - делает выводы и обобщения; - свободно владеет понятиями	20 баллов
- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы; - не допускает существенных неточностей; - увязывает усвоенные знания с практической деятельностью; - аргументирует научные положения; - делает выводы и обобщения; - владеет системой основных понятий	10 баллов

- тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть студент освоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы; - допускает несущественные ошибки и неточности; - испытывает затруднения в практическом применении знаний; - слабо аргументирует научные положения; - затрудняется в формулировании выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий	5 баллов
- студент не усвоил значительной части проблемы; - допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее; - испытывает трудности в практическом применении знаний; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий	1 балл
- студент не ответил на вопрос	0 баллов

5.3. 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

Примерные вопросы для устного опроса

1. Психологическое пространство человека, его особенности
2. Основные направления, виды и формы психолого- педагогической оздоровительной деятельности.
3. Этапы становления и развития учения о здоровье и болезни
4. Виды и формы психолого-педагогической деятельности в зависимости от уровня здоровья занимающихся
5. Сравнительная характеристика использования различных средств АФК, физкультуры и спорта, разных видов упражнений в целях психологического оздоровления больного человека
6. Инклюзивная психологическая деятельность педагога АФК
7. Ежедневная (постоянная) психологическая оздоровительная деятельность.
8. Основные формы, структура и содержание самостоятельных занятий АФК с элементами психологического тренинга больного человека
9. Методики психологического сопровождения при тренировках людей с ОВЗ и инвалидностью
10. Методики психологического сопровождения при оздоровительной и спортивной рекреации.
11. Социальные функции психологического сопровождения
12. Классификация и особенности деятельности по психологическому сопровождению занятий АФК
13. Виды психологических оздоровительных мероприятий и особенности их проведения при различных уровнях здоровья и нозологических форм заболеваний
14. Основы методики построения одного занятия с психологическим сопровождением и циклов занятий различной продолжительности, в зависимости от возраста, пола, уровня здоровья, профессиональной деятельности, склонностей.
15. Особенности состава средств, их отбор, гарантирующий оздоровительный эффект занятий психологической направленности.
16. Методика составления комплексов упражнений в АФК с психологическим сопровождением
17. Физкультурная пауза, физкультминутка в ОУ, их влияние на психофизиологическое состояние учащихся

18. Особенности организации групповых психологических занятий людей с ОВЗ
19. Методы проведения психолого-педагогической диагностики
20. Учет психологической индивидуальности для профилактики травматизма при занятиях АФК больных и лиц с ОВЗ
21. Врачебно-педагогический контроль с использованием инструментальных методик на занятиях АФК.

Примерная тематика рефератов

1. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью и болезни на различных этапах ее жизненного пути.
2. Научные данные о формировании здоровья и болезни на этапах индивидуального развития (рассмотреть один этап)
3. Биологические аспекты здоровья и болезни
4. Психологические аспекты здоровья и болезни
5. Социальные аспекты здоровья и болезни
6. Факторы нездорового образа жизни, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье и приводящие к болезням
7. Социальная основа «болезней цивилизации» как наиболее распространенных болезней.
8. Здоровый образ жизни как основа формирования жизнеспособного поколения.
9. Участие тренеров, педагогов ФК в формировании здорового образа жизни населения.
10. Тренер, педагог ФК как учитель здоровья.
11. Психологическая этика в педагогической работе
12. Психологические составляющие двигательной активности для сохранения, развития и восстановления здоровья для больных людей
13. Причины роста психологической дезадаптации школьников
14. «Внутренняя картина болезни» и ее виды
15. Классификация типов отношения к болезни и их характеристика (по А.Е. Лично и Н.Я. Иванову)
16. Влияние возраста больного на его отношение к заболеванию
17. Психологическая защита: виды и их характеристика
18. Совладающее поведение (копинг) как психологическая основа стрессоустойчивости
19. Исследования совладающего интеллекта. Виды копинга
20. Ресурсная концепция стрессоустойчивости Хобфолла

Примерный перечень тем для конспекта методической литературы

1. Этапы становления и развития учения о здоровье и болезни.
2. Влияние возраста больного на его отношение к заболеванию
3. Основные формы, структура и содержание самостоятельных занятий больных и инвалидов
4. Основные виды программ психолого-педагогического сопровождения при занятиях АФК, ФК, спортом
5. Социальная основа «болезней цивилизации» как наиболее распространенных болезней
6. Оздоровительная и реабилитационные функции дисциплины психология болезни и инвалидности
7. Причины и признаки психологической травмы при болезни и инвалидности
8. Классификация и особенности психологической деятельности специалистов по АФК и ФК при болезни и инвалидности человека
9. Деятельность специалистов по АФК и ФК по улучшению психологического состояния и организации психологического пространства больного
10. Ресурсный потенциал человека, его роль в формировании отношения к болезни.

11. Концепция совладающего интеллекта, формирование копинга средствами АФКц больных детей и ФК и спорта у здоровых детей
12. Методические основы дисциплины «психология болезни» физической культуры
13. Влияние нозологической формы и стадии патологического процесса на выбор форм, методов и средств психологического сопровождения инвалида и человека с ОВЗ при занятиях АФК и ФК, спортом
14. Методика составления психологических занятий и тренингов и определении их места в программе АФК, программе занятий ФК, спортом
15. Особенности организации психолого-педагогического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности инвалидов и людей с ОВЗ
16. Здоровый образ жизни как основа формирования жизнеспособности инвалидов и людей с ОВЗ
17. Методы проведения психолого-педагогического и медико-биологического контроля психологического состояния занимающихся АФК, реабилитацией, ФК
18. Определение состояния психического здоровья занимающихся и решение вопросов допуска их к занятиям в различных формах АФК и ФК
19. Врачебно-педагогический контроль текущего состояния психического здоровья на занятиях АФК, ФК
20. Тренер, педагог ФК как учитель восстановления здоровья.

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Этапы становления и развития учения о здоровье и болезни
2. Виды и формы психолого-педагогической деятельности в зависимости от уровня здоровья занимающихся
3. Сравнительная характеристика использования различных средств АФК, физкультуры и спорта, разных видов упражнений в целях психологического оздоровления больного человека
4. Инклюзивная психологическая деятельность педагога АФК
5. Характеристика моделей здоровья в их историческом развитии
6. Адаптационная модель здоровья и ее познавательные возможности
7. Психологическая защита: виды и их характеристика
8. Совладающее поведение (копинг) как психологическая основа стрессоустойчивости
9. Исследования совладающего интеллекта. Виды копинга
10. Ресурсная концепция стрессоустойчивости Хобфолла
11. Внутренняя «внутренняя картина» болезни и ее роль в оздоровительно-реабилитационных мероприятиях
12. Характеристика психологических состояний больного человека
13. Динамика психологических свойств в процессе развития заболевания
14. Изменение познавательных, и эмоциональных процессов у больного
15. Динамика коммуникативных и мотивационных процессов при различных заболеваниях
16. Изменения рефлексивных, творческих и волевых процессов у больного человека
17. Учение И.П. Павлова о типах ВНД и его использование при взаимодействии и занятиях АФК и ФК с больными и инвалидами
18. Социально-психологическая теория Выготского Л.С. по формированию высших психических функций у человека и ее применение при взаимодействии и занятиях АФК и ФК с больными и инвалидами
19. Особенности организации психолого-педагогического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности инвалидов и людей с ОВЗ
20. Здоровый образ жизни как основа формирования жизнеспособности инвалидов и людей с ОВЗ
21. Биологические аспекты здоровья и болезни
22. Психологические аспекты здоровья и болезни
23. Социальные аспекты здоровья и болезни

23. Факторы нездорового образа жизни, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье и приводящие к болезням
24. Особенности организации психолого-педагогического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности инвалидов и людей с ОВЗ
25. Методы проведения психолого-педагогического и медико-биологического контроля психологического состояния занимающихся АФК, реабилитацией, ФК

Примерная тематика контрольных работ

- №1.** Разработать программу психологического сопровождения при занятиях АФК для школьников (с учетом их возраста) и уровня здоровья
- № 2.** Разработать программу психологического сопровождения для кардиологических больных
- № 3.** Разработать программу психологической поддержки и профилактики депрессивных состояний у людей после перенесенной травмы
- № 4 .Р** Разработать программу психологического сопровождения для больных в период восстановления после инфекционных заболеваний
- № 5.** Разработать программу психологической коррекции для лиц пожилого возраста.
- № 6.** Разработать программу обучения инвалидов приемам саморегуляции

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

Формами текущего контроля являются устный опрос, реферат, конспект методической литературы, контрольная работа.

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

Максимальное количество баллов, которые обучающийся может получить на зачете, равняется 20 баллам.

Формой промежуточной аттестации является зачет, который проходит в форме устного собеседования по вопросам.

Шкала оценивания зачета

Баллы	Критерии оценивания
20	- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; - обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; - излагает материал последовательно и правильно
15	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки в 20 баллов, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
10	- обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: - излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; - излагает материал непоследовательно
5	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений

	и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Отмечаются такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.
--	--

Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины

Итоговая оценка по дисциплине формируется из суммы баллов по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации и выставляется в соответствии с приведенной ниже таблицей.

Баллы, полученные обучающимися в течение освоения дисциплины	Оценка по дисциплине
41 – 100	Зачтено
0 - 40	Не зачтено

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1 Основная литература:

1. Никольский, А. В. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека : учебник для вузов. — Москва : Юрайт, 2023. — 303 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/518417>
2. Петрушин, В. И. Психология здоровья: учебник для вузов / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2023. — 381 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/513510>
3. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Юрайт, 2023. — 334 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

6.2. Дополнительная литература:

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2023. — 282 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/513369>.
2. Глозман, Ж. М. Психология. Общение и здоровье личности : учебное пособие для вузов. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2023. — 193 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/514358>
3. Казаковцев, Б. А. Развитие служб психического здоровья. - 2-е изд. - Москва : Прометей, 2021. - 634 с. - Текст: электронный. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785001721642.html>
4. Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. - Москва : Академический Проект, 2020. - 943 с. - Текст: электронный. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829127336.html>
5. Ключкова, Е. В. Философия здоровья : от лечения к профилактике и здоровому образу жизни : руководство для врачей, специалистов по реабилитации и студентов / под ред. Е. В. Ключковой - Москва : Теревинф, 2019. - 274 с. - Текст : электронный. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785421205272.html>
6. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учебное пособие для вузов /под ред.Р. И. Айзмана. — Москва : Юрайт, 2023. — 207 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/518908>
7. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов . — 3-е изд. — Москва : Юрайт, 2023. — 332 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/510686>

8. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2023. — 246 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
9. Секач, М. Ф. Психология здоровья : учебное пособие для вузов. - Москва : Академический Проект, 2020. - 192 с. - Текст: электронный. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829128357.html>
10. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2023. — 124 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/514562>

6.3 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

- catalog.iot.ru – каталог образовательных ресурсов сети Интернет
 - [http:// www.rubicon.com/](http://www.rubicon.com/) - Рубикон – крупнейший энциклопедический ресурс Интернета
 - <http://www.nlr.ru> – Российская государственная библиотека
 - [http:// orel.rsl.ru](http://orel.rsl.ru) - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
 - <http://Publ. Lib.ru/ARC> –Универсальная библиотека электронных книг.
- Электронно-библиотечная система Лань <https://e.lanbook.com>
ООО «Электронное издательство Юрайт» <https://urait.ru>

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплинам
2. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows
Microsoft Office
Kaspersky Endpoint Security

Информационные справочные системы:

Система ГАРАНТ
Система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

fgosvo.ru – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

pravo.gov.ru - Официальный интернет-портал правовой информации

www.edu.ru – Федеральный портал Российское образование

Свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

ОМС Плеер (для воспроизведения Электронных Учебных Модулей)

7-zip

Google Chrome

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащенные оборудованием и

техническими средствами обучения: учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием, персональными компьютерами, проектором;

- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде.