

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Кафедра "Психология труда и организационная психология"

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ
методические указания

Омск
2018

Введение

Целью изучения дисциплины «Здоровьесберегающие технологии» является ознакомление студентов с концептуальными основами здоровьесбережения как необходимым условием воспитания здорового молодого поколения и оздоровления общества; формирование гуманистического мировоззрения и культуры здоровья; воспитание навыков здорового образа жизни; изучение педагогических и психогигиенических технологий здоровьесбережения.

Основные задачи дисциплины:

- Формирование образовательных и научно-исследовательских компетенций при решении задач в области здоровьесбережения;
- Формирование гуманистической, толерантной, рефлексивной позиции в практике охраны жизни и здоровья человека.

Программа курса "Основы первой медицинской помощи"

Содержание дисциплины по модулям

1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения.
2. Психологические аспекты проблематики здоровья.
3. Модель здоровьесформирующей деятельности. Образ жизни.
4. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).
5. Психическая саморегуляция и здоровье.

Модуль 1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения.

Тема 1.1. Психология здоровья. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры. Определение психологии здоровья и задачи исследования. Психологические факторы здоровья. Душевное здоровье и культура в трудах психологов. Душевное здоровье и его культурная детерминация: динамическая концепция.

Тема 1.2. Здоровье как системное понятие. Значение здоровья и подходы к его определению. Валеология как наука о здоровье. Феноменология здоровья и болезни в культурно-историческом контексте. Идея системности в толковании понятия здоровья. Взаимосвязь уровней рассмотрения здоровья и болезни. Критерии психического и социального здоровья. Исследование представлений о критериях здоровья.

Тема 1.3. Физическое, психическое и социальное здоровье. Понятие «физическое здоровье». Понятие болезни. Факторы физического здоровья. Адаптационные резервы организма. Двигательная активность и физическое здоровье. Оценка и самооценка физического здоровья.

Тема 1.4. Здоровье как социальный феномен. Социальная структура и здоровье. Социальные изменения и здоровье общества. Тенденции в здоровье мужчин и женщин.

Модуль 2. Психологические аспекты проблематики здоровья.

Тема 2.1. Психологическая устойчивость личности. Понятие гармонии личности. Гармония внешнего и внутреннего пространства личности. Гармония отношений личности. Гармония развития личности. Понятие жизнестойкости. Исследования С. Мадди.

Тема 2.2. Понятие «психологическая устойчивость». Общее представление о психологической устойчивости. Составляющие психологической устойчивости. Вера в магические силы (магическая направленность сознания). Доминанты активности как опоры психологической устойчивости. Психологическая устойчивость как сопротивляемость. Психологическая зависимость как следствие снижения устойчивости.

Тема 2.3. Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья. Психологические типы как формы психического здоровья.

Модуль 3. Модель здоровьесформирующей деятельности. Образ жизни.

Тема 3.1. Понятие «образ жизни». Основы рационального питания. Личная гигиена и здоровье. Двигательная активность и здоровье.

Тема 3.2 Отношение к здоровью. Концепция «психология отношения». Отношение к здоровью. Факторы, оказывающие влияние на отношение к здоровью. Психологические факторы рискованного поведения.

Тема 3.3. Психологические основы первичной профилактики зависимостей. Психологические модели аддиктивного поведения и пристрастия к наркотикам.

Модуль 4. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).

Тема 4.1. История возникновения ЗОТ. Н.И. Пирогов, В.М. Бехтерев, И.Т. Назаров, И.И. Мильман, санитарно-гигиенические разработки 50-х – 70-х г.г. XX в., деятельность педагогов-новаторов второй пол. 80-х г.г. XX в. Конец XX – нач. XXI в. – формирование системного подхода к охране и укреплению здоровья подрастающего поколения в науке, государственных учреждениях, в образовательном пространстве. Факторы и условия, определившие потребность в создании ЗОТ.

Тема 4.2. Представление о ЗОТ. Определения понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии». Цель, структура, задачи и функции. Принципы и особенности ЗОТ. Исследования Н.К. Смирнова, А.М. Митяевой, Г.К. Селевко, В.А. Слостёнина, Е.А. Менчинской.

Тема 4.3. Классификации. ЗОТ как качественная характеристика любой образовательной технологии, отвечающей целям и принципам здоровьесбережения. Основные группы ЗОТ соответствуют трём основным подходам к решению проблемы здоровья в образовательном учреждении – просветительско - гигиеническому, психолого-методическому и комплексному. Типы ЗОТ. Современные ЗОТ. Школы – центры здоровья. Анализ опыта.

Модуль 5. Психическая саморегуляция и здоровье.

Тема 5.1. Концепции психической саморегуляции. Виды психической саморегуляции.

Тема 5.2. Внутренняя картина здоровья. Теоретико-методологические подходы к исследованию внутренней картины здоровья. Возрастные особенности внутренней картины здоровья ребенка. Индивидуально-психологические факторы и их роль в формировании внутренней картины здоровья. Роль семьи в формировании внутренней картины здоровья. Психологическая помощь детям и подросткам с искаженной внутренней картиной здоровья. Факторы, влияющие на психическое здоровье студентов. Ранняя профилактика психического здоровья студентов. Социальная поддержка как фактор психического здоровья студентов.

Тема 5.3. Психология профессионального здоровья. Понятие профессионального здоровья. Психологическое обеспечение профессионального здоровья. Профессиональное самоопределение. Профессиональная подготовка. Профессиональная адаптация. Стресс в профессиональной деятельности.

Работоспособность как критерий профессионального здоровья. Факторы профессиональной работоспособности. Профессиональная реабилитация.

Тема 5.4. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления. Феномен «выгорания» и его причины. Выгорание, «душевные потери» и здоровье личности. Ресурсы стрессоустойчивости и преодоления выгорания. Личностные и социальные ресурсы преодоления выгорания. Модели преодолевающего поведения как ресурс стрессоустойчивости. Классификации типов ресурсов преодоления. Выгорание и теория «консервации ресурсов». Личностные, поведенческие и социальные ресурсы и их взаимодействие с выгоранием.

Тема 5.5. Психология старения и долголетия. Основные понятия геронтологии. Признаки психического старения. Профилактика старения.

Содержание курса практических занятий

Содержание курса практических занятий

Модуль 1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения.

Тема 1.1. Классификация техник медитации.

Тема 1.2. Психомышечная тренировка

Модуль 2. Психологические аспекты проблематики здоровья.

Тема 2.1. Метод прогрессирующей релаксации.

Тема 2.2. Интегративные дыхательные практики.

Тема 2.3. Визуomotorная тренировка поведения

Модуль 3. Модель здоровьесформирующей деятельности. Образ жизни.

Тема 3.1. Медитация

Тема 3.2. Йога

Модуль 4. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).

Тема 4.1. Диагностика отношения к здоровью (жизнестойкость, шкалы отношения к здоровью-болезни УСК)

Тема 4.2. Аутогенная тренировка (АТ)

Модуль 5. Психическая саморегуляция и здоровье

Тема 5.1. Элементы телесноориентированной терапии

Тема 5.2. Элементы тренинга коррекции профессионального выгорания

Методические материалы

Методические материалы:

Успешному усвоению дисциплины способствует посещение лекций и систематическая подготовка к семинарско-практическим занятиям. В ходе самостоятельной работы студентам рекомендуется пользоваться предложенными источниками, консультироваться у преподавателя в промежутке между аудиторными занятиями, активно участвовать в обсуждении проблем на семинаре, фиксировать в тетради возможные дополнения.

Вопросы к зачету используются для общей ориентации студентов в содержании дисциплины и для аттестации тех, кто имеет пропуски занятий или иные учебные задолженности по дисциплине.

Критерии оценки.

Оценка «отлично» ставится при условии, что студент дает полные ответы на вопросы, демонстрирует понимание. На дополнительных вопросах демонстрирует знание теории, умеет обосновать свою позицию, основываясь на системе полученных знаний.

Оценка «хорошо» ставится студенту при условии, что он дает недостаточно полные ответы на вопросы, демонстрирует знание и понимание отдельных вопросов или допускает небольшие ошибки. На дополнительных вопросах демонстрирует знание теории, умеет обосновать свою позицию, основываясь на системе полученных знаний.

Оценка «удовлетворительно» ставится студенту при условии полного ответа на один вопрос и частичного ответа на второй вопрос. На дополнительных вопросах не всегда демонстрирует знание теории.

Неудовлетворительная оценка ставится в случае, если студент не может ответить на часть вопросов, дает неверные или неглубокие ответы, не способен обосновать свою точку зрения с помощью знаний, полученных в ходе изучения дисциплины.

Перевод в баллы: за отличный ответ начисляется от 34 до 40 баллов, за хороший – 27 – 33, за удовлетворительный – 20 – 26, неудовлетворительный – менее 20 баллов.

Для подготовки к зачету рекомендуется использовать материалы [1, 2, 3].

Варианты контрольных работ (Кейс-задача)

Практическое задание 1.

Оцените поведение по критериям психологического здоровья (по ВОЗ), ответ аргументируйте.

Критерии психологического здоровья:

1) осознание и чувство непрерывности к постоянству своего физического и психического Я.

- 2) чувство постоянства и идентичности переживается в однотипной ситуации.
- 3) критичность к себе и к своей собственной деятельности.
- 4) соответствие психических реакций силе и частоте средовых воздействий.
- 5) способность самоуправления поведением в соответствии с социальными нормами и правилами.
- 6) способность планировать собственную жизнедеятельность и реализовать ее.
- 7) способность изменять способ поведения в зависимости от смены ситуации (обстоятельств).

Вариант 1. Описание для анализа: личность характеризуется склонностью к детским формам поведения, что выражается в тенденции к вытеснению неприятных фактов и событий, лживости, фантазировании и притворстве, авантюристичности, тщеславии, отсутствии угрызений совести, «бегстве в болезнь» при неудовлетворении потребности в признании.

Вариант 2. Описание для анализа: поведение личности характеризуется следующим: не любит выделяться из толпы, во всем следует за сверстниками. Консервативен. Склонен к предательству, так как находит возможность оправдать свое поведение.

Вариант 3. Описание для анализа: медлительны, прежде чем принять решение – старательно его обдумывают. Стремятся к упорядоченной профессиональной деятельности, усидчивы и доводят дело до конца. Любые виды изменений воспринимают болезненно, трансформации под новые задачи трудновыполнимы. Не конфликтны, спокойно уступают лидирующие позиции в профессиональной среде.

Вариант 4. Описание для анализа: для эмоциональной сферы личности характерно сохранять в памяти эмоциональные переживания, что характеризует поведение и восприятие жизни, они как бы «застревают» в определенном состоянии. Чаще всего – это уязвленное самолюбие. Злопамятны, мнительны, не доверчивы. В личных отношениях ревнивы и требовательны. Амбициозны и упорны в достижении своих целей, поэтому акцентированные личности застревающего типа бывают успешны в профессиональной жизни.

Практическое задание 2. Определите направления и способы сохранения психического здоровья личности с акцентуацией, ответ аргументируйте.

Вариант 1. Шизоидной

Вариант 2. Лабильной

Вариант 3. Психастенической

Вариант 4. Истероидной

Практическое задание 3. Приведите пример стрессовой ситуации и, используя три основные техники С. Мадди, составьте план формирования жизнестойкости (в ответе используются знания реконструкции ситуации, фокусировки и о компенсаторном самосовершенствовании).

Методические материалы:

Задания для проведения занятий в интерактивной форме используются для текущего контроля в учебном процессе (в основном на семинарско-практических занятиях).

Критерии оценки.

По результатам выполнения задания студент должен показать понимание предметной терминологии, умение анализировать характер профессиональной задачи, владение приемами и методами конструктивного решения проблемной ситуации, снятия неопределенности или реализации практической задачи.

Оценка «отлично» ставится при условии, что студент умеет применять теоретические знания, умеет обосновать свою позицию, правильно объяснить причины событий и явлений, владеет ключевыми понятиями в этой профессиональной теме, владеет основными методами и приемами конструктивного решения типовых профессиональных задач.

Оценка «хорошо» ставится студенту при условии, что он демонстрирует знание теории, но показывает недостаточно полное понимание причин событий или явлений, совершает незначительные ошибки при решении типовых профессиональных задач.

Оценка «удовлетворительно» ставится студенту при условии, что он демонстрирует не полное знание теории, отсутствие ясного понимания причин события или явления, совершает существенные ошибки при решении типовых профессиональных задач, но при подсказке может предлагать допустимые варианты адекватного профессионального поведения.

Неудовлетворительная оценка ставится в случае, если студент демонстрирует незнание теории, не понимает причин событий или явлений, предлагает неконструктивные способы решения профессиональной проблемы и совершает существенные ошибки при решении типовых профессиональных задач.

Перевод в баллы: за отличный ответ начисляется от 2-4 балла, за хороший – 1-2 балла, за удовлетворительный – 1 балл, неудовлетворительный – менее 0 баллов (разброс баллов зависит от темы и количества кейс задач предъявляемых на занятии).

Домашнее задание. Реферат.

Темы домашнего задания по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии» в форме рефератов:

1. Изучение нормативно-правовой документации в отношении охраны здоровья и здоровьесбережения.
2. Современные методологические подходы (лично-ориентированный, культурологический, фасилитаторско-терапевтический, инновационный, деятельностный, синергетический) как механизмы оптимизации педагогического процесса, его эффективности и здоровьесберегающего характера.
3. Изучение методик, приемов, программ формирования компетенции здоровьесбережения.
4. Знакомство с основными принципами правильного питания.

Для подготовки к домашнему заданию рекомендуется использовать материалы [1, 2, 3].

Методические материалы:

Рефераты используются как домашнее задания для самостоятельной углубленной проработке одной из тем учебной дисциплины.

Критерии оценки

Оценка «отлично» выставляется, если тема реферата полностью раскрыта, работа студента написана грамотным научным языком, имеет чёткую структуру и логику изложения, точка зрения студента обоснована, в работе присутствуют ссылки на примеры из практики, мнения известных учёных в данной области. Студент в работе выдвигает новые идеи и трактовки, демонстрирует способность анализировать материал.

Оценка «хорошо» выставляется, если тема реферата в основном раскрыта работа студента написана грамотным научным языком, имеет чёткую структуру и логику изложения, точка зрения студента обоснована. Однако не приведены примеры и случаи из практики.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент выполнил задание, однако не продемонстрировал способность к научному анализу, не высказывал в работе своего мнения, допустил ошибки в логическом обосновании своего изложения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент не раскрыл тему реферата, выполнил задание формально, ответил только на часть вопросов по теме, не высказывал своего мнения, не проявил способность к анализу, то есть в целом цель реферата не достигнута.

Перевод в баллы: за отличный ответ начисляется от 2-5 балла, за хороший – 1-3 балла, за удовлетворительный – 1 балл, неудовлетворительный – менее 0 баллов (разброс баллов зависит от темы реферата и раздела дисциплины).

Творческое задание.

На основе теоретического материала рефератов домашних работ, подготовить демонстрацию практического применения знаний по темам:

1. Изучение нормативно-правовой документации в отношении охраны здоровья и здоровьесбережения.
2. Современные методологические подходы (лично-ориентированный, культурологический, фасилитаторско-терапевтический, инновационный, деятельностный, синергетический) как механизмы оптимизации педагогического процесса, его эффективности и здоровьесберегающего характера.
3. Изучение методик, приемов, программ формирования компетенции здоровьесбережения.
4. Знакомство с основными принципами правильного питания.

Форму демонстрации обучающийся выбирает самостоятельно, (разбор ситуации по правовым вопросам, демонстрация механизмов в различных подходах к здоровьесбережению, проведение тренинга «Формирование компетенции здоровьесбережения», составление программы оптимизации своего питания и отчет о его реализации). Возможна групповая форма защиты по идентичным темам по 4-5 человек.

Методические материалы:

Творческое задание позволяет диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения. Выполняется в индивидуальном порядке

Критерии оценки.

По результатам выполнения задания студент должен показать понимание предметной терминологии, умение анализировать характер профессиональной задачи, владение приемами и методами конструктивного решения проблемной ситуации, снятия неопределенности или реализации практической задачи.

Оценка «отлично» ставится при условии, что студент умеет применять теоретические знания, умеет обосновать свою позицию, правильно объяснить причины событий и явлений, владеет ключевыми понятиями в этой профессиональной теме, владеет основными методами и приемами конструктивного решения типовых профессиональных задач.

Оценка «хорошо» ставится студенту при условии, что он демонстрирует знание теории, но показывает недостаточно полное понимание причин событий или явлений, совершает незначительные ошибки при решении типовых профессиональных задач.

Оценка «удовлетворительно» ставится студенту при условии, что он демонстрирует не полное знание теории, отсутствие ясного понимания причин события или явления, совершает существенные ошибки при решении типовых профессиональных задач, но при подсказке может предлагать допустимые варианты адекватного профессионального поведения.

Неудовлетворительная оценка ставится в случае, если студент демонстрирует незнание теории, не понимает причин событий или явлений, предлагает неконструктивные способы решения профессиональной проблемы и совершает существенные ошибки при решении типовых профессиональных задач.

Для подготовки к творческому заданию рекомендуется использовать материалы [4].

Перевод в баллы: за отличный ответ начисляется от 2-4 балла, за хороший – 1-2 балла, за удовлетворительный – 1 балл, неудовлетворительный – менее 0 баллов (разброс баллов зависит от темы и количества кейс задач предъявляемых на занятии).

Тестовый комплекс.

Пример тестовых заданий для проверки знаний по «Здоровьесберегающие технологии».

1. Целью здоровьесберегающей деятельности является:

- а) стремление к укреплению здоровья, развитию физических качеств;
- б) укрепление психофизического здоровья, развитие потребности в самосовершенствовании;
- в) сохранение и укрепление здоровья, развитие потребности в здоровом образе жизни.

2. Здоровьесберегающая среда – это:

- а) среда, содействующая улучшению физического и функционального состояние человека;
- б) среда, способствующая нормализации психоэмоционального состояния человека;
- в) среда, содействующая физическому, духовному и социальному благополучию человека.

3. По определению ВОЗ качество жизни — это:

- а) восприятие индивидами их положения в жизни в контексте системы ценностей, зависящих от состояния здоровья;
- б) восприятие индивидами их положения в обществе в контексте культуры и системе ценностей, зависящих от образа жизни, материального достатка, состояния здоровья;
- в) восприятие индивидуумом его положения в жизни в контексте культуры и системы ценностей, в которых индивидуум живет, и в связи с целями, ожиданиями, стандартами и интересами этого индивидуума.

4. К внешнему элементу здоровьесберегающей среды относится (укажите два правильных ответа):

- а) мнение окружающих;
- б) источники знаний по здоровьесбережению;
- в) возможность укрепления здоровья;
- г) доступность современной тренажерной техники;
- д) показатели физической подготовленности.

5. К внутреннему элементу здоровьесберегающей среды относится (укажите два правильных ответа):

- а) знания о здоровье;
- б) периодический контроль состояния здоровья;
- в) наличие инфраструктуры;
- г) уровень материального достатка;
- д) навыки здоровьесбережения.

6. Холистичность, как принцип построения психологической модели здоровой личности, обозначает:

- а) ориентироваться в вопросах психического здоровья и его нарушений в условиях личностно-ориентированного консультирования;
- б) необходимо рассматривать структурные и динамические (процессуальные) аспекты здоровья не раздельно, но в их соотношении, т. е. осмысливать проблему и аналитически, и процессуально;
- в) в силу того, что здоровье представляет собой многоаспектный феномен, необходимо учитывать и интегрировать на едином концептуальном основании различные трактовки этого явления, соответствующие разным его аспектам;
- г) специфика предмета требует рассмотрения здоровья как системного качества, характеризующего личность в ее целостности

7. Основным компонентом здоровьесберегающей технологии выступает (укажите два правильных ответа):

- а) аксиологический;
- б) профилактический;
- в) восстановительный;
- г) эмоционально-волевой;
- д) природный.

8. Основные факторы здорового образа жизни:

- а) генетическая природа;
- б) условия жизнедеятельности человека,
- в) генетическая природа человека и ее соответствие конкретным условиям жизнедеятельности человека.

9. Аксиологический компонент здоровьесберегающих технологий проявляется:

- а) в усвоении системы ценностей и установок, которые формируют гигиенические навыки и умения, необходимые для нормального функционирования организма;
- б) в осознании человеком высшей ценности своего здоровья, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни;
- в) в приобретении необходимых для процесса здоровьесбережения знаний и умений, познании себя, своих потенциальных способностей и возможностей.

10. Рефлексивная функция здоровьесберегающей технологии заключается:

- а) в переосмыслении предшествующего личностного опыта;
- б) в объединение различных научных систем образования;
- в) в трансляции опыта ведения здорового образа жизни.

11. Здоровьесберегающие образовательные технологии – это:

- а) психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на выявление личностных качеств, способствующих формированию представлений о физиологии человека, мотивацию к отказу от вредных привычек;
- б) психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни;
- в) психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, его сохранению и укреплению, формирование представления о составных частях ЗОЖ .

12. В психической саморегуляции различают два основных направления:

- а) самоубеждение;
- б) идеомоторный акт;
- в) саморелаксацией;
- г) самовнушение;

13. _____ — это психологический защитный механизм, состоящий в подавлении, исключении из сознания мыслей, желаний, воспоминаний, которые вызывают тревогу и угрожают внутренней целостности человека.

- а) вытеснение
- б) отрицание
- в) компенсация
- г) идентификация

- д) регрессия
- е) проекция
- ж) рационализация

14. _____ — это психологический защитный механизм, бессознательный перенос на себя чувств и качеств, присущих другому человеку, позволяющий преодолеть собственную слабость и чувство неполноценности.

- а) вытеснение
- б) отрицание
- в) компенсация
- г) идентификация
- д) регрессия
- е) проекция
- ж) рационализация

15. _____ — это психологический защитный механизм, попытка личности доказать с целью самоутверждения, что поведение рационально и оправданно и потому социально одобряемо.

- а) вытеснение
- б) отрицание
- в) компенсация
- г) идентификация
- д) регрессия
- е) проекция
- ж) рационализация

16. _____ — это психологический защитный механизм, проявляющийся в прикритии собственной неполноценности через подчеркивание желаемых черт или в преодолении неудач в одной сфере деятельности сверхудовлетворением в других сферах.

- а) вытеснение
- б) отрицание
- в) компенсация
- г) идентификация
- д) регрессия
- е) проекция
- ж) рационализация

17. _____ — это психологический защитный механизм, состоящий в защите себя от неприятной действительности путем отказа адекватно воспринимать ее.

- а) вытеснение
- б) отрицание
- в) компенсация
- г) идентификация
- д) регрессия
- е) проекция
- ж) рационализация

18. _____ — это генетический потенциал организма, продукт наследственности и среды, реализующий наследственный потенциал, определяющий основные законы его индивидуальной жизни.

- а) конституция человека
- б) генетика
- в) видовой тип
- г) национальность

19. _____ — это закономерно и неизбежно наступающий период возрастного развития, заключительный период онтогенеза.

- а) взросление
- б) смерть
- в) старость
- г) мудрость

20. _____ — это комплекс соматических, эмоциональных, интеллектуальных и социальных аспектов сексуального существования человека, позитивно обогащающих личность, повышающих коммуникабельность человека и его способность к любви.

- а) сексуальное здоровье
- б) духовное здоровье
- в) социальное здоровье

Полный тестовый комплект представлен в СДО Прометей.

Методические материалы:

Тестовые задания используются для текущего контроля в учебном процессе.

По результатам выполнения теста студент должен показать понимание предметной терминологии и теоретические знания по тематике учебной дисциплины.

Критерии оценки.

Процент правильно выполненных тестовых вопросов	Оценка
75% и выше	Отлично
60-74%	Хорошо
50-59%	Удовлетворительно
49% и меньше	Неудовлетворительно

Перевод в баллы: за отличный ответ начисляется от 2-4 балла, за хороший – 1-2 балла, за удовлетворительный – 1 балл, неудовлетворительный – менее 0 баллов (разброс баллов зависит от темы или раздела дисциплины).

Уровни сформированности и показатели оценивания компетенций

Для образовательной программы по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности.

Уровень сформированности	Объект оценивания (Показатели оценивания компетенций)
Пороговый уровень	<i>Знает</i> основные теоретические положения по ключевым темам дисциплины. <i>Умеет</i> применять эти знания для решения профессиональных задач.
Базовый уровень	<i>Умеет</i> , опираясь на теоретические основания, объяснить причины событий и явлений. <i>Владеет</i> ключевыми понятиями в этой научной области.
Повышенный уровень	<i>Владеет</i> основными методами конструктивного решения типовых профессиональных задач.

Оценивание сформированности компетенции на каждом этапе происходит после полного окончания соответствующей дисциплины.

Критерии оценки.

Оценка «отлично» ставится при условии, что студент дает полные ответы на вопросы, демонстрируют понимание. На дополнительных вопросах демонстрирует знание теории, умеет обосновать свою позицию, основываясь на системе полученных знаний.

Оценка «хорошо» ставится студенту при условии, что он дает недостаточно полные ответы на вопросы, демонстрирует знание и понимание отдельных вопросов или допускает небольшие ошибки. На дополнительных вопросах демонстрирует знание теории, умеет обосновать свою позицию, основываясь на системе полученных знаний.

Оценка «удовлетворительно» ставится студенту при условии полного ответа на один вопрос и частичного ответа на второй вопрос. На дополнительных вопросах не всегда демонстрирует знание теории.

Неудовлетворительная оценка ставится в случае, если студент не может ответить на часть вопросов, дает неверные или неглубокие ответы, не способен обосновать свою точку зрения с помощью знаний, полученных в ходе изучения дисциплины.

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы формирования у обучающихся компетенций.

1. Фролова, Ю.Г. Психология здоровья. Электронный ресурс / Ю. Г. Фролова. - Электрон. Дан. – Минск: «Высшая школа», 2014.-255 с. ЭБС Арбуз
2. Психология воспитания стрессовосладающего поведения: Учебное пособие / Н. П. Фетискин – М.: Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2015.-240 с. (библиотека ОмГТУ)
3. Беличева, Светлана Афанасьевна. Превентивная психология в подготовке педагогов и психосоциальных работников [Текст] : учеб. пособие для вузов по специальностям «Психология», «Социальная работа», « Социальная педагогика» для бакалавров и специалистов / С.А. Беличева. СПб. И др. : Питер, 2013. – 331 с. : рис., табл. – (Учебное пособие) (Стандарт третьего поколения). – Библиогр. В конце разд. – Библиогр.: с. 292-304.(библиотека ОмГТУ)
4. <https://drive.google.com/drive/folders/0B2nwGHT72CusQ0RGMFZhUkRsdnc>