

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Богдалова Елена Владимировна  
Должность: Проректор по образовательной деятельности  
Дата подписания: 09.09.2025 13:54:54  
Уникальный программный ключ:  
ec85dd5a839619d48ea76b2d23dba88a9c82091a

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение инклюзивного высшего образования

**«Российский государственный  
университет социальных технологий»  
(ФГБОУ ИВО «РГУ СоцТех»)**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**Б1.В.ЭД.01.01 ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ**

**32.04.01 Общественное здравоохранение**

**Профилактика неинфекционных заболеваний и укрепление здоровья  
направленность (профиль)**

Москва 2024

## Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств.....
2. Перечень оценочных средств.....
3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций.....
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций.....
5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.....

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине «ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ»

Оценочные средства составляются в соответствии с рабочей программой дисциплины и представляют собой совокупность контрольно-измерительных материалов ( типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.), предназначенных для измерения уровня достижения обучающимися установленных результатов обучения.

Оценочные средства используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Таблица 1 - Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины

Код компетенции	Содержание Компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-5	Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	<p>УК-5.1. Знает особенности и традиции различных культур.</p> <p>УК-5.2. Умеет демонстрировать уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных народов и культурных традиций мира, в зависимости от среды взаимодействия и задач профессиональной деятельности.</p> <p>УК-5.3. Владеет способностью толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции.</p>
ОПК-6	Способность к организации ухода за больными и оказанию первой доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных состояниях в условиях чрезвычайных ситуаций, эпидемий, в очагах массового поражения	<p>ОПК-6.1. Знает правила оказания ухода за больными и способы оказания первой доврачебной помощи.</p> <p>ОПК-6.2. Умеет организовать уход за больными.</p> <p>ОПК-6.3. Владеет навыками оказания первой доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных состояниях в условиях чрезвычайных ситуаций, эпидемий, в очагах массового поражения.</p>
ПК-3	Способность эффективно взаимодействовать с различными социокультурными, профессиональными группами для решения проблем общественного здоровья	<p>ПК-3.1. Знает методы работы в команде.</p> <p>ПК-3.2. Умеет использовать информационно-коммуникативные технологии для эффективного сотрудничества в решении проблем общественного здоровья.</p> <p>ПК-3.3. Владеет навыками выбора и использования адекватных каналов</p>

		коммуникации для различных целевых групп для решения проблем общественного здоровья.
ПК-7	Способность определять факторы, способствующие укреплению здоровья и профилактики заболеваний	<p>ПК-7.1. Знает основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования.</p> <p>ПК-7.2. Умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.</p> <p>ПК-7.3. Владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.</p>

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения.

## 2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ<sup>1</sup>

Таблица 2

№	Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	Дискуссия	Оценочные средства, позволяющие включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.	Вопросы по разделам дисциплины
2	Тест	Средство, позволяющее оценить уровень знаний обучающегося путем выбора им одного из нескольких вариантов ответов на поставленный вопрос. Возможно использование тестовых вопросов, предусматривающих ввод обучающимся короткого и однозначного ответа на поставленный вопрос.	Тестовые задания

*Приведенный перечень оценочных средств при необходимости может быть дополнен.*

---

<sup>1</sup> Указываются оценочные средства, применяемые в ходе реализации рабочей программы данной дисциплины.

### 3. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Оценивание результатов обучения по дисциплине «Профессиональное здоровье» осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины) и промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Показатели и критерии оценивания компетенций, формируемых в процессе освоения данной дисциплины, описаны в табл. 3.  
Таблица 3.

Код компетенции	Уровень освоения компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Вид учебных занятий <sup>2</sup> , работы, формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенций <sup>3</sup>	Контролируемые разделы и темы дисциплины <sup>4</sup>	Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности компетенции <sup>5</sup>	Критерии оценивания результатов обучения
УК-5	Знает					
	Недостаточный уровень	УК-5.3-1. Не знает особенности и традиции различных культур..	Лекционные занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая	ДИСКУССИЯ	Не знает современные методики сбора и обработки информации.

<sup>2</sup> Лекционные занятия, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа...

<sup>3</sup> Необходимо указать активные и интерактивные методы обучения (например, интерактивная лекция, работа в малых группах, методы мозгового штурма и т.д.), способствующие развитию у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.

<sup>4</sup> Наименование темы (раздела) берется из рабочей программы дисциплины.

<sup>5</sup> Оценочное средство должно выбираться с учетом запланированных результатов освоения дисциплины, например:

«Знать» – собеседование, коллоквиум, тест...

«Уметь», «Владеть» – индивидуальный или групповой проект, кейс-задача, деловая (ролевая)

игра, портфолио...

	Базовый уровень	УК -5.3-1. На базовом уровне знает особенности и традиции различных культур..	Лекционные занятия, самостоятельная работа	диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	<i>ДИСКУССИЯ</i>	Знает некоторые принципы современные методики сбора и обработки информации.
	Средний уровень	УК-5.3-1. На среднем уровне знает особенности и традиции различных культур.	Лекционные занятия, самостоятельная работа		<i>ДИСКУССИЯ</i>	Знает современные методики сбора и обработки информации.
	Высокий уровень	УК -5.3-1. На высоком уровне знает особенности и традиции различных культур..	Лекционные занятия, самостоятельная работа		<i>ДИСКУССИЯ</i>	Знает современные методики сбора и обработки информации.

	Умеет					
	Недостаточный уровень	УК-5У-1. Не умеет демонстрировать уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных народов и культурных традиций мира, в зависимости от среды взаимодействия и задач профессиональной деятельности.	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	ДИСКУССИЯ	Не умеет обосновывать выбор  Статистических методов, выполнения расчетов интенсивных и экстенсивных показателей, относительного риска, отношения шансов, исходя из поставленной профессиональной задачи.
	Базовый уровень	УК -5.У-1. На базовом уровне умеет демонстрировать уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Умеет обосновывать выбор  Статистических методов, выполнения расчетов интенсивных и экстенсивных показателей, относительного риска, отношения шансов,



		различных народов и культурных традиций мира, в зависимости от среды взаимодействия и задач профессиональной деятельности.				исходя из поставленной профессиональной задачи.
	Средний уровень	УК -5.У-1. На среднем уровне умеет демонстрировать уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных народов и культурных традиций мира, в зависимости от среды взаимодействия и задач профессиональной деятельности.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	<p>Умеет обосновывать выбор</p> <p>Статистических методов, выполнения расчетов интенсивных и экстенсивных показателей, относительного риска, отношения шансов, исходя из поставленной профессиональной задачи.</p>

	Высокий уровень	УК -5.У-1. На высоком уровне умеет демонстрировать уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных народов и культурных традиций мира, в зависимости от среды взаимодействия и задач профессиональной деятельности.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Умеет обосновывать выбор  Статистических методов, выполнения расчетов интенсивных и экстенсивных показателей, относительного риска, отношения шансов, исходя из поставленной профессиональной задачи.
	Владеет					
	Недостаточный уровень	УК-5.В-1. Не владеет способностью толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности	ДИСКУССИЯ	Не владеет навыками расчета и анализа динамики, структуры показателей состояния здоровья населения, составления прогноза изменения тенденций в состоянии

		социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач  и усиления социальной интеграции.		3 Психология профессионального здоровья		здоровья населения.
	Базовый уровень	УК -5.В-1. На базовом ВЛАДЕЕТ способностью толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач  и усиления социальной интеграции..	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Владеет навыками расчета и анализа динамики, структуры показателей состояния здоровья населения, составления прогноза изменения тенденций в состоянии здоровья населения.

	Средний уровень	УК -5.В-1. На среднем уровне владеет способностью толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Владеет навыками расчета и анализа динамики, структуры показателей состояния здоровья населения, составления прогноза изменения тенденций в состоянии здоровья населения.
	Высокий уровень	УК -5.В-1. На высоком уровне владеет способностью толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Владеет навыками расчета и анализа динамики, структуры показателей состояния здоровья населения, составления прогноза изменения тенденций в состоянии здоровья населения.

		социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач  и усиления социальной интеграции..				
ОПК-6	Знает					
	Недостаточный уровень	ОПК-6.3. не знает  принципы ухода за больными и оказания первой доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных состояниях в условиях чрезвычайных ситуаций, эпидемий, в	Лекционные занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	ДИСКУССИЯ	Студент плохо владеет изученным теоретическим материалом; не может полно и достоверно ответить на заданные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполняет или выполняет с грубыми ошибками.

		очагах массового поражения				
	Базовый уровень	ОПК-6.3. на базовом уровне знает принципы ухода за больными и оказания первой доврачебной медико- санитарной помощи при неотложных состояниях в условиях чрезвычайных ситуаций, эпидемий, в очагах массового поражения	Лекционные занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент владеет материалом на базовом уровне; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и неуверенно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов от преподавателя.
	Средний уровень	ОПК-6.3. на среднем уровне знает принципы ухода за больными и	Лекционные занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент твердо владеет учебным материалом; отвечает без наводящих вопросов и без серьезных ошибок; умеет применять

		оказания первой доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных состояниях в условиях чрезвычайных ситуаций, эпидемий, в очагах массового поражения				полученные знания на практике; практические работы выполняет верно, без ошибок.
	Высокий уровень	ОПК-6.3. на высоком уровне знает принципы ухода за больными и оказания первой доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных состояниях в условиях чрезвычайных	Лекционные занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент основательно (глубоко) изучил учебный материал; на вопросы отвечает уверенно, ясно и исчерпывающе; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без допущения ошибок, своевременно.

		ситуаций, эпидемий, очагах массового поражения				
	Умеет					
Недостаточный уровень	ОПК-6.У.. не умеет  организовать уход за больными	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	ДИСКУССИЯ	Студент не имеет четкие представления об объекте изучения в рамках дисциплины; воспроизводит часть учебного материала, элементарные задачи выполняет с помощью преподавателя.	
Базовый уровень	ОПК-6.У. на базовом уровне умеет организовать уход за больными	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент воспроизводит основной учебный материал, способен с ошибками и неточностями дать определение понятий	
Средний уровень	ОПК-6.У. на среднем уровне умеет организовать уход за больными.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент имеет достаточные знания в рамках учебной дисциплины, аргументированно использует их в различных ситуациях, умеет находить	



						информацию и анализировать ее, ставить и решать проблемы.
	Высокий уровень	ОПК-6.У. на высоком уровне умеет организовать уход за больными	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент умеет самостоятельно анализировать, оценивать, обобщать пройденный материал, самостоятельно пользоваться источниками информации, для решения поставленных задач.
	Владеет					
	Недостаточный уровень	ОПК-6.В. не владеет навыками оказания первой доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных состояниях в условиях чрезвычайных ситуаций,	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	ДИСКУССИЯ	Студент плохо владеет изученным материалом; не может полно и достоверно ответить на заданные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки;

		эпидемий, в очагах массового поражения..				
	Базовый уровень	ОПК-6.В на базовом уровне владеет навыками оказания первой доврачебной медико- санитарной помощи при неотложных состояниях в  условиях чрезвычайных ситуаций, эпидемий, в очагах массового поражения.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент владеет материалом на базовом уровне; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и неуверенно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов от преподавателя;
	Средний уровень	ОПК-6.В. на среднем уровне владеет навыками оказания	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент твердо владеет учебным материалом; отвечает без наводящих вопросов и без серьезных ошибок; умеет применять

		первой доврачебной медико- санитарной помощи при неотложных состояниях в  условиях чрезвычайных ситуаций, эпидемий, в очагах массового поражения.				полученные знания на практике;
	Высокий уровень	ОПК-6.В. на высоком уровне владеет навыками оказания первой доврачебной медико- санитарной помощи при неотложных состояниях в  условиях чрезвычайных	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент основательно (глубоко) изучил учебный материал; на вопросы отвечает уверенно, ясно и исчерпывающе; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок, своевременно.

		айных ситуаций, эпидемий, в очагах массового поражения.				
ПК-3	Знает					
	Недостаточный уровень	ПК-3.3.1. не знает методы работы в команде.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	ДИСКУССИЯ	Студент плохо владеет изученным теоретическим материалом; не может полно и достоверно ответить на заданные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполняет или выполняет с грубыми ошибками.
	Базовый уровень	ПК-3.3.1. на базовом уровне знает методы работы в команде.	Лекционные занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент владеет материалом на базовом уровне; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и неуверенно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов от преподавателя.
	Средний	ПК-3.3.1. на среднем	Лекционные занятия,		ДИСКУССИЯ	Студент твердо владеет учебным материалом;

	уровень	уровне знает методы работы в команде.	самостоятельная работа			отвечает без наводящих вопросов и без серьёзных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет верно, без ошибок.
	Высокий уровень	ПК-3.3.1. на высоком уровне знает методы работы в команде.	Лекционные занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент основательно (глубоко) изучил учебный материал; на вопросы отвечает уверенно, ясно и исчерпывающе; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без допущения ошибок, своевременно.
	Умеет					
	Недостаточный уровень	ПК-3.У2. не умеет использовать информационно-коммуникативные технологии для эффективного сотрудничества в решении	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	ДИСКУССИЯ	Студент не имеет четкие представления об объекте изучения в рамках дисциплины; воспроизводит часть учебного материала, элементарные задачи выполняет с помощью преподавателя.

		проблем общественного здоровья.				
	Базовый уровень	ПК-3.У.2. на базовом уровне умеет использовать информационн о- коммуникативн ые технологии для эффективного сотрудничества в решении проблем общественного здоровья.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент воспроизводит основной учебный материал, способен с ошибками и неточностями дать определение понятий
	Средний уровень	ПК-3.У2. на среднем уровне умеет использовать информационн о- коммуникативн ые технологии для эффективного сотрудничества в решении проблем	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент имеет достаточные знания в рамках учебной дисциплины, аргументированно использует их в различных ситуациях, умеет находить информацию и анализировать ее, ставить и решать проблемы.

		общественного здоровья.				
	Высокий уровень	ПК-3.У.2. на высоком уровне умеет использовать информационно-коммуникативные технологии для эффективного сотрудничества в решении проблем общественного здоровья.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент умеет самостоятельно анализировать, оценивать, обобщать пройденный материал, самостоятельно пользоваться источниками информации, для решения поставленных задач.
	Владеет					
	Недостаточный уровень	ПК-3.В.3. не владеет навыками выбора и использования адекватных каналов коммуникации для различных целевых групп для решения	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	ДИСКУССИЯ	Студент плохо владеет изученным материалом; не может полно и достоверно ответить на заданные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество

		проблем общественного здоровья.				выполненной работы.
	Базовый уровень	ПК-3.В.3. на базовом уровне владеет навыками выбора и использования адекватных каналов коммуникации для различных целевых групп для решения проблем общественного здоровья.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент владеет материалом на базовом уровне; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и неуверенно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов от преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний уровень	ПК-3.В.3. на среднем уровне владеет навыками выбора и использования адекватных каналов коммуникации для различных целевых групп для решения проблем	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент твердо владеет учебным материалом; отвечает без наводящих вопросов и без серьёзных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.



		общественного здоровья.				
	Высокий уровень	ПК-3.В.3. на высоком уровне владеет навыками выбора и использования адекватных каналов коммуникации для различных целевых групп для решения проблем общественного здоровья.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Студент основательно (глубоко) изучил учебный материал; на вопросы отвечает уверенно, ясно и исчерпывающе; свободно применяет полученные знания на практике, практические работы выполняет правильно, без ошибок, своевременно.
знает						
ПК-7	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	ПК-7.3-НЕ .Знает основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования.	Лекционные занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	ДИСКУССИЯ	Не знает основ здорового образа жизни, методов и методик его формирования.
	Базовый уровень Оценка, «зачтено»,	ПК-7.3-2. Знает НА БАЗОВОМ УРОВНЕ основы	Лекционные занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Недостаточно знает основы здорового образа жизни, методы и методики его

	«удовлетворительно»	здорового образа жизни, методы и методики его формирования.				формирования.
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	ПК-7.3- Знает НА СРЕДНЕМ УРОВНЕ основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования.	Лекционные занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Хорошо знает основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования.
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»	ПК-7.3. Знает НА ВЫСОКОМ УРОВНЕ основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования.	Лекционные занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Отлично знает основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования.
умет						
	Недостаточный уровень	ПК-7.У-НЕ Умее	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию	ДИСКУССИЯ	Не умеет реализовывать современные подходы к

	Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.		профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья		укреплению здоровья.
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»	ПК-7.УУмеет НА БАЗОВОМ УРОВНЕ реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Недостаточно умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	ПК-7.У- Умеет НА СРЕДНЕМ УРОВНЕ реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Хорошо умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»	ПК-7.УУмеет НА ВЫСОКОМ УРОВНЕ реализовывать современные	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Отлично умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.

		подходы к укреплению здоровья.				
владеет						
	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетвор ительно»	ПК-7.В-НЕ Владеет современными подходами к оценке популяционног о здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированно го отношения населения к сохранению и укреплению здоровья	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	ДИСКУССИЯ	Не владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворит ельно»	ПК-7.В- Владеет НА БАЗОВОМ УРОВНЕ современными подходами к оценке популяционног о здоровья,	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Недостаточно владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования

		демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья				мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	ПК-7.В-3. Владеет НА СРЕДНЕМ УРОВНЕ современными подходами к оценке популяционног о здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированно го отношения населения к сохранению и укреплению	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Хорошо владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья

		здоровья				
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»	ПК-7.В Владеет НА ВЫСОКОМ УРОВНЕ современными подходами к оценке популяционног о здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированно го отношения населения к сохранению и укреплению здоровья	Практические занятия, самостоятельная работа		ДИСКУССИЯ	Отлично владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья

## **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения**

По видам заданий приводится описание того, каким образом необходимо выполнить данное задание, способы и механизмы его выполнения, выбор номера варианта и др. Примеры методических материалов, определяющих процедуру оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций:

- Кейсовые технологии как средство формирования компетенций
- Методические указания по разработке оценочных средств
- Разработка и применение деловых игр
- Формирование портфолио обучающегося как современная оценочная

технология

- Иные методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения в ходе реализации рабочей программы дисциплины

### **Методические рекомендации по подготовке к дискуссии**

Одной из форм самостоятельной работы студентов является подготовка к дискуссии. Для подготовки к опросу студенту рекомендуется изучить лекционный материал, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов по соответствующей теме.

Эффективность подготовки студентов к дискуссии зависит от качества ознакомления с научной и методической литературой. При подготовке к опросу студентам рекомендуется обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения, составить тезисы выступления по отдельным проблемным аспектам.

### **Методические рекомендации по выполнению тестовых заданий**

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

По форме тестовые задания могут быть весьма разнообразны.

**К первой** группе относятся задания закрытой формы с единственным правильным ответом из нескольких представленных.

**Вторую** группу составляют задания открытой формы, где ответ вводится самостоятельно в поле ввода.

**Третью** группу представлена заданиями на установление соответствия, в которых элементом одного множества требуется поставить в соответствие элементы другого множества.

**В четвертой** группе тестов требуется установить правильную последовательность вычислений или каких-то действий, шагов, операций и т. п., используются задания на установление правильной последовательности.

При подготовке к тестированию студент должен придерживаться следующих рекомендаций:

- внимательно изучить основные вопросы темы

- найти и проработать соответствующие разделы в рекомендованных нормативных документах, учебниках и дополнительной литературе;
- выяснить условия тестирования;
- внимательно прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выбрать правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов написать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания, что позволит максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант;
- на трудный вопрос не тратить много времени, а переходить к следующему. К трудному вопросу можно вернуться позже;
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

## **5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации**

### **Вопросы для дискуссии.**

#### **Вопросы к разделу «Введение в психологию профессионального здоровья»**

1. Опишите представления античных философов о здоровье.
2. Назовите отличия представлений о здоровье в средние века от представлений античного периода.
3. Выделите признаки здоровья с позиции медицины.
4. Соотнесите понятия здоровье и болезнь.
5. Выделите особенности рассмотрения здоровья как социального феномена.
6. Определите отличия между уровневым и компонентным представлением о здоровье.
7. Роль профессионального здоровья в работе учителя.
8. Проведите сравнительный анализ философского, медицинского и социального представлений о здоровье.
9. Составьте классификацию факторов, влияющих на работоспособность учителя.

#### **Вопросы к разделу «Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности»**

1. Нормоцентрический, феноменологический, холистический и кросскультурный подходы в изучении психологии здоровья.
2. Валеология и проблема здорового образа жизни современного человека.
3. Теоретические представления в психологии по проблеме отношения к здоровью.
4. Определение структуры (уровней, компонентов) физического, психического и психологического здоровья.
5. Критерии психологического здоровья.

#### **Вопросы к разделу «Психология профессионального здоровья»**

1. Основные направления исследования проблемы профессионального здоровья.
2. Сущность концепции психологического обеспечения профессионального здоровья Г.С. Никифорова.



3. Понятие «здоровье» в рамках современной психологии труда.
4. Понятие работоспособности. Факторы, влияющие на работоспособность.
5. Основные причины нарушений профессионального здоровья.
6. Синдром психологического выгорания и меры профилактики и коррекции.
7. Профессиональные стрессы.
8. Копинг стратегии личности.
9. Меры профилактики нарушений здоровья и профессиональной реабилитации в профессиональной сфере

*Контролируемые компетенции: УК-5, ОПК-6, ПК-3, ПК-7*

*Оценка компетенций осуществляется в соответствии с таблицей 3.*

### **Тестовые задания**

- 1. Первые исследования по психосоматической медицине появились:**
  - а) в 30-е годы прошлого века
  - б) в 40-е годы
  - в) в 50-е годы
  - г) в конце 60-тых годов
- 2. С точки зрения психологии здоровья ответственность за собственную болезнь лежит на:**
  - а) социальном окружении, обществе
  - б) медицине, врачах
  - в) самом человеке
  - г) экологии
- 3. Психология здоровья наиболее тесно связана (имеет общие цели и задачи):**
  - а) с психотерапией
  - б) с психогигиеной
  - в) с психиатрией
  - г) с медициной
- 4. В России в начале прошлого века проблемы профессионального здоровья работающих людей изучались:**
  - а) В.М.Бехтеревым
  - б) А.К.Гастевым
  - в) Н.А.Витке
  - г) все ответы верны
- 5. Впервые термин burnout (англ. – «сгорание», «выгорание») был предложен**
  - а) Г. Фроуденбергером
  - б) К. Маслач
  - в) Н.Водопьяновой
  - г) Р. Лазарусом
- 6. К психосоматическим заболеваниям относят:**
  - а) бронхиальную астму
  - б) алкоголизм
  - в) ишемическую болезнь сердца
  - г) все ответы верны

**7. Метод аутогенной тренировки (АТ) был создан:**

- а) Шульцем
- б) Г.Селье
- в) В.М.Бехтеревым
- г) А.Беком

**8. Метод ведения дневника с ежедневным анализом успехов и неудач относится к методам:**

- а) бихевиоральной психотерапии
- б) ассертивной психотерапии
- в) когнитивной психотерапии
- г) психоанализа

**9. В 1920 году в Москве был создан Центральный институт труда (ЦИТ) под руководством**

- а) Н.А.Витке
- б) В.М.Бехтеревым
- в) А.К.Гастевым
- г) В.П.Кашкадамовым

**10. К наиболее утомляемым психическим процессам следует отнести**

- а) мышление
- б) внимание
- в) кратковременную память
- г) ощущения

**11. Психология здоровья является:**

- а) междисциплинарной областью
- б) отраслью психогигиены
- в) отраслью психопрофилактики
- г) отраслью психосоматической медицины

**12. Одним из первых западных психологов, обративших внимание на важность разработки теории здоровой личности, был:**

- а) Г.Олпорт
- б) З.Фрейд
- в) Э.Эриксон
- г) У.Джеймс

**13. 80% несчастных случаев на производстве происходят по причине:**

- а) неудовлетворительного состояния оборудования
- б) чрезмерной интенсивности и тяжести труда
- в) неосмотрительного поведения самого работника
- г) монотонности труда

**14. Впервые интерес к проблеме обеспечения здоровья работников на производстве был проявлен в начале XX века:**

- а) А.Файолем
- б) Ф.Тейлором
- в) Э.Мэйо
- г) Г.Мюстенбергом

**15. Несчастные случаи на работе наиболее часты в возрасте**

- а) от 17 до 28 лет
- б) от 28 до 38 лет
- в) от 38 до 48 лет
- г/ не зависят от возраста работника

**16. Механизм двойного вытеснения характерен для:**

- а) невротоз
- б) соматических заболеваний
- в) психотических расстройств
- г) психосоматических заболеваний

**17. Техника медитации заключается**

- а) в концентрации внимания субъекта
- б) в ограничении области восприятия внешних стимулов
- г) в замедлении процессов метаболизма
- д) все ответы верны

**18. Симптомы выгорания у работников**

- а) проявляются одновременно
- б) не имеют индивидуальных различий, т.е. проявляются у всех работников одинаково
- в) не поддаются коррекции
- г) все ответы не верны

**19. В современной теории стресса термином «копинг» обозначают:**

- а) вид фрустрации
- б) образ мышления и поведения, способствующие преодолению стресса
- в) копирование детьми поведения родителей во время стресса
- г) стадию эмоционального истощения

**20. Значительный вклад в изучение стиля мышления оптимистов и пессимистов внес:**

- а) К.Левин
- б) Э.Берн
- в) Г.Селье
- г) М.Зелигман

**21. Один из симптомов профессионального выгорания, проявляющийся в циничном, бесчувственном, негуманном отношении к клиентам, пациентам, ученикам, приходящим для получения каких-либо услуг или помощи, называется**

- а) редукция профессиональных достижений
- б) эмоциональное истощение
- в) деперсонализация
- г) эмоциональное выгорание

**22. Центральная проблема психологии здоровья**

- а) проблема сохранения здоровья менеджера
- б) проблема психосоматических заболеваний
- в) проблема психического здоровья личности
- г) профилактика старения

**23. По мнению К.Маслач развитие синдрома выгорания зависит от**

- а) индивидуальных особенностей личности
- б) индивидуального психологического опыта
- в) негативного индивидуального опыта
- г) все ответы верны

**24. К наукам, изучающим здоровье относится:**

- а) гигиена
- б) санонология
- в) валеология
- г) все ответы верны

**25. Музыкальная программа на производстве должна:**

- а) состоять из спокойной, медленной музыки
- б) использоваться преимущественно в утренние, а не в вечерние часы работы
- в) состоять из инструментальных, а не вокальных произведений
- г) все ответы верны

**26. Известный современный геронтолог Д.Гласс одним из главных условий долголетия считает**

- а) рациональное питание
- б) наличие доброжелательных отношений в семье
- в) наличие хобби
- г) проживание за городом, в экологически чистом месте

**27. Всемирная Организация Здравоохранения назвала «болезнью двадцать первого века»**

- а) рак
- б) СПИД
- в) профессиональный стресс
- г) сердечно-сосудистые заболевания

**28. Для какой модели здоровья характерно рассмотрение здоровья как единства биологических и социальных признаков, где социальным признакам придается приоритетное значение:**

- а) медицинская модель здоровья
- б) биомедицинская модель
- в) биосоциальная модель
- г) ценностно-социальная модель

**29. Автором учения о гомеостазе является**

- а) Н.И.Пирогов
- б) Г.Селье
- в) У.Кэннон
- г) В.Н.Мясищев

**30. Понятие синдрома «выгорания» впервые было введено в**

- а) Х.Фройденбергером
- б) Г.Селье
- в) К.Маслач
- г) Г.Селье

**31. К настоящему времени синдром выгорания включает в себя**

- а) более 100 симптомов
- б) около 50 симптомов
- в) 20 симптомов
- г) содержание данного симптома в психологии не изучено

**32. Трехкомпонентная модель СЭВ, включающая в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию личных достижений впервые была предложена**

- а) Н.Водопьяновой и Е.Старченковой
- б) К.Маслач и Джексон
- в) Т.Холмсом и Р.Реем
- г) Ч.Д.Спилбергером

**33. Согласно теории стрессового процесса Г.Селье, эмоциональное выгорание следует отнести**

- а) к стадии тревоги
- б) к стадии резистентности
- в) стадии истощения
- г) эмоциональное выгорание присутствует на каждой стадии

**34. Образ мышления и поведения, способствующие преодолению стресса, называются**

- а) локусом контроля
- б) резистентностью
- в) копингом
- г) ресурсом

**35. Теория стресса была создана физиологом**

- а) И.П.Павловым
- б) И.М.Сеченовым
- в) К.Бернаром
- г) Г.Селье

**36. Наиболее существенное влияние на характер развития стресса, глубину и последствия его переживания оказывают**

- а) индивидуальные особенности человека
- б) особенности трудовой деятельности
- в) низкая оплата труда
- г) конфликты с руководством

**37. Умения и навыки, модели конструктивного поведения, дающие возможность человеку быть более стрессоустойчивым называются**

- а) резистентностью
- б) ресурсом
- в) адаптацией
- г) фрустрацией

**38. Главным показателем профессионального здоровья является:**

- а) профессиональная работоспособность
- б) уровень стрессоустойчивости
- в) уровень абсентеизма
- г) карьерный рост

**39. Назовите психосоматические заболевания, к которым предрасполагает эмоционально-поведенческий комплекс типа «А»:**

- 1) заболевания органов дыхания (хронический бронхит, пневмония);
- 2) сердечно-сосудистые заболевания (стенокардия, инфаркт миокарда, гипертоническая болезнь);
- 3) наследственные болезни.

**40. Наиболее полная и структурированная гуманистическая концепция здоровья принадлежит**

- а) К.Роджерсу
- б) А.Маслоу
- в) Э.Эриксону
- г) Э.Фромму

**41. Основным источником энергии для организма являются**

- а) Белки
- б) Жиры
- в) Углеводы
- г) Витамины

**42. Не обращать внимания на ухудшение состояния здоровья более характерно для**

- а) Мужчин
- б) Женщин
- в) Подростков
- г) Пожилых людей

**43. Средний возраст умерших от наркотиков**

- а) 35
- б) 40
- в) 21

**44. К экзистенциальным причинам выгорания относят**

- а) Отсутствие целей в жизни
- б) Стрессогенность профессии
- в) Интровертированность личности
- г) Слабое физическое здоровье

**45. Важнейшая роль ценностей в формировании зрелой и здоровой личности отмечается в концепции**

- а) К.Роджерса
- б) Г.Олпорта
- в) Э.Эриксона
- г) З.Фрейд

**46. «Наследственный паспорт» (геномная характеристика, хромосомная система человека), определяющий регенерационные способности нашей морфологии, составляет:**

- а) типичную конституцию
- б) фенотипическую конституцию

в) иммунную конституцию

**47. Способность приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде:**

- а) фрустрация
- б) адаптация
- в) саморегуляция

**48. Действия, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе моральным и правовым нормам:**

- а) инстинктивное поведение
- б) кризисное поведение
- в) девиантное поведение

**49. Интуитивно-чувственный тип в случаях невротизации способствует ярким проявлениям патологии и возможным переходам ее в глубокие формы, так ли это:**

- а) нет
- б) отчасти
- в) да

**50. Тренировка системы терморегуляции в развитии защитных реакций организма на неблагоприятные воздействия внешней среды:**

- а) двигательная активность
- б) акцентуации личности
- в) закаливание организма

*Контролируемые компетенции: УК-5, ОПК-6, ПК-3, ПК-7*

*Оценка компетенций осуществляется в соответствии с таблицей 3.*

## **Вопросы к зачету**

1. Сущность понятия «здоровье» в рамках современной психологии труда.
2. Понятие профессионального здоровья.
3. Основные направления исследования проблемы профессионального здоровья
4. Понятие работоспособности, факторы, влияющие на работоспособность.
5. Сущность концепции психологического обеспечения профессионального здоровья
- Г.С. Никифорова, ее основные задачи.
6. Основные причины нарушений профессионального здоровья.
7. Основные меры профилактики нарушений здоровья и профессиональной реабилитации в профессиональной сфере.
8. Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) в профессии
9. Основные факторы риска выгорания для представителей профессий социального ряда.
10. Основные способы профилактики и преодоления СЭВ.
11. Понятие стрессоустойчивости и копинга. Основные теории стресса и классификации копинг стратегий
12. Основные направления исследований в психологии профессионального здоровья
13. Теоретические направления в психологии здоровья
14. Стресс-менеджмент и его роль в обеспечении профессионального здоровья
15. Валеология и понятие ЗОЖ
16. Краткая характеристику факторов, влияющих на здоровье.
17. Характеристика компонентов отношения к здоровью.

18. Основные научные подходы к изучению проблемы здоровья.
19. Характеристики психологически здоровой личности
20. Понятие «здоровье» в рамках психологии труда



## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

[illegible]

