МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное учреждение
высшего профессионального образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт фундаментальной медицины и биологии

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности КФУ

Проф. Таюрский Д.А.

_____ "___" _____20___ г.

подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины

Психология здорового образа жизни Б3+.ДВ.11

Направление подготовки: 050100.62 - Педагогическое образование
Профиль подготовки: Биология и английский язык
Квалификация выпускника: бакалавр
Форма обучения: очное
Язык обучения: русский

Автор(ы):

Афанасьев П.Н.

Рецензент(ы):

Баянова Л.Ф.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Баянова Л. Ф.
Протокол заседания кафедры No ___ от "____" _____ 201__г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:
Протокол заседания УМК No ____ от "____" _____ 201__г

Регистрационный No 84941316

Казань
2016

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, к.н. Афанасьев П.Н. Кафедра общей психологии отделение психологии , af_pavel@mail.ru

1. Цели освоения дисциплины

Цель: Целью данного курса является рассмотрение теоретических и практических основ психологии здорового образа жизни, и выработка умений применять полученные знания в практической профессиональной деятельности педагога.

Задачи: обучение студентов:

- способам формирования здорового образа жизни;
- планированию и проведению мероприятий по психовалеологическому воспитанию учащихся;
- навыкам целенаправленной работы в поисках эффективных методов оздоровления и обучения школьников;
- методам регуляции и нормализации состояний, связанных со здоровьем.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " Б3+.ДВ.11 Профессиональный" основной образовательной программы 050100.62 Педагогическое образование и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 1 курсе, 2 семестр.

Дисциплина (модуль) "Психология здорового образа жизни" относится к дополнительному циклу профессиональной подготовки по направлению 050100 "Педагогическое образование" (квалификация (степень) выпускника - бакалавр). Центральная тема данного курса - формирование у человека органической потребности в здоровом образе жизни и соответствующих формах его обеспечения. Логически и содержательно-методически связана с другими дисциплинами данного модуля ("Общая психология", дисциплинами естественно-научного цикла "Основы здорового образа жизни", "ОБЖ").

Предшествующие дисциплины: "Естественно-научная картина мира" - студенты должны иметь представление о естественно-научной картине мира. Исторически психологическая наука зарождалась по примеру естественных наук.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-1 (общекультурные компетенции)	владение культурой мышления, способность к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей её достижения
ОК-14 (общекультурные компетенции)	готовность к толерантному восприятию социальных и культурных различий, уважительному и бережному отношению к историческому наследию и культурным традициям
ОК-16 (общекультурные компетенции)	способность использовать навыки публичной речи, ведения дискуссии и полемики
ОК-2 (общекультурные компетенции)	способность анализировать мировоззренческие, социально и личностно значимые философские проблемы

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-3 (общекультурные компетенции)	способность понимать значение культуры как формы человеческого существования и руководствоваться в своей деятельности современными принципами толерантности, диалога и сотрудничества
ОК-4 (общекультурные компетенции)	способность использовать знания о современной естественнонаучной картине мира в образовательной и профессиональной деятельности, применять методы математической обработки информации, теоретического и экспериментального исследования
ОК-6 (общекультурные компетенции)	способность логически верно выстраивать устную и письменную речь
ОК-7 (общекультурные компетенции)	готовность к взаимодействию с коллегами, к работе в коллективе
ОК-8 (общекультурные компетенции)	готовность использовать основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации, готовность работать с компьютером как средством управления информацией
ОК-9 (общекультурные компетенции)	способность работать с информацией в глобальных компьютерных сетях
ОПК-1 (профессиональные компетенции)	осознает социальную значимость своей будущей профессии, обладает мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности
ОПК-3 (профессиональные компетенции)	владение основами речевой профессиональной культуры
ОПК-4 (профессиональные компетенции)	способность нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности
ПК-3 (профессиональные компетенции)	готовность применять современные методики и технологии, методы диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса
ПК-5 (профессиональные компетенции)	способность использовать возможности образовательной среды для формирования универсальных видов учебной деятельности и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса
ПК-6 (профессиональные компетенции)	готовность к взаимодействию с учениками, родителями, коллегами, социальными партнерами
ПК-9 (профессиональные компетенции)	способность разрабатывать и реализовывать, с учетом отечественного и зарубежного опыта, культурно-просветительские программы

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

- основные понятия психологии здорового образа жизни
- психологические механизмы здорового поведения;
- о ценности здоровья, как для индивида, так и для общества в целом;
- о современных направлениях в валеологии.

ЭЛЕКТРОННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА КФУ

- особенности филогенеза и онтогенеза человеческой психики, социогенеза сознания;
- факторы, влияющие на психическое и общее здоровье детей, подростков и молодежи;

2. должен уметь:

- осуществлять систематический подход и анализ психологических состояний человека;
- профилактические методики снятия напряженного стрессового состояния;
-выявлять критерии психологического и социального здоровья;
- проводить диагностику и оценку психического и социального здоровья;
- самостоятельно ориентироваться в многообразии современных концептуальных подходов к вышеозначенным проблемам, существующим в

отечественной и мировой науке, а также многообразии современной научной

литературы, отражающей эти подходы;

- проводить объяснение, отработку контроля усвоения психологических знаний и действий на занятиях, в самостоятельной работе с помощью соответствующих методов и средств.

3. должен владеть:

- навыками объяснения психологических феноменов, возникающих процессе онтогенеза человека, подбора диагностических средств и коррекционных приемов при анализе случаев, возникающих в практике прикладной психологической работы.
- понятийным аппаратом "психологии здорового образа жизни"
- приемами проведения дискуссии, групповой работы, самостоятельного анализа случаев, возникающих в практической работе психолога.

- способность анализировать мировоззренческие, социально и личностно значимые философские проблемы;
- способность понимать значение культуры как формы человеческого существования и руководствоваться в своей деятельности современными принципами толерантности, диалога и сотрудничества;
- способность логически верно выстраивать устную и письменную речь;
- готовность к взаимодействию с коллегами, к работе в коллективе;
- готовность использовать основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации, готовность работать с компьютером как средством управления информацией;
- способность работать с информацией в глобальных компьютерных сетях;
- готовность к толерантному восприятию социальных и культурных различий, уважительному и бережному отношению к историческому наследию и культурным традициям;
- способность использовать навыки публичной речи, ведения дискуссии и полемики;
- способность использовать систематизированные теоретические и практические знания гуманитарных, социальных и экономических наук при решении социальных и профессиональных задач;
- способность нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности;
- способность разрабатывать и реализовывать учебные программы базовых и элективных курсов в различных образовательных учреждениях;
- способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся;

ЭЛЕКТРОННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА КФУ

- готовность применять современные методики и технологии, методы диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса;
- способность осуществлять педагогическое сопровождение процессов социализации и профессионального самоопределения обучающихся, подготовки их к сознательному выбору профессии;
- способность использовать возможности образовательной среды для формирования универсальных видов учебной деятельности и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса;
- готовность к взаимодействию с учениками, родителями, коллегами, социальными партнерами;
- способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, их творческие способности;
- готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности;
- способность разрабатывать и реализовывать, с учетом отечественного и зарубежного опыта, культурно-просветительские программы;
- способность выявлять и использовать возможности региональной культурной образовательной среды для организации культурно-просветительской деятельности;
- готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для определения и решения исследовательских задач в области образования.

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетных(ые) единиц(ы) 36 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет во 2 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Психология здоровья	2		4	5	0	тестирование контрольная работа
2.	Тема 2. Здоровьесберегающие технологии	2		4	5	0	тестирование контрольная работа

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
.	Тема . Итоговая форма контроля	2		0	0	0	зачет
	Итого			8	10	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Психология здоровья

лекционное занятие (4 часа(ов)):

Введение в психологию здоровья. Психология здоровья: определение, цели и задачи. Человек и его здоровье с позиций системного подхода. Качества зрелой личности. Методика определения психобиологического возраста Психическое здоровье. Психологическое здоровье детей. Основные представления о здоровой личности. Нормальная и патологическая личность. Стресс и проблемы здоровья. Способы борьбы со стрессом. Признаки стрессового напряжения. Реакции стресса. Психологические механизмы защиты от стресса. Тревожное состояние. Психологические причины депрессии. Профилактика психического стресса и коррекция его последствий. Психосоматика и ее профилактика.Эпидемиология нервно-психической и психосоматической заболеваемости. Психотерапия психогенных заболеваний 1. 1.Телесно ориентированная психотерапия (В. Райх, А. Лоуэн). 2. Индивидуальная психология (А. Адлер). 3. Бихевиоральная терапия. 4. Гештальттерапия (Ф. Перлз). 5. Методы трансперсональной психологии (С. Гроф, Л. Орр, Д. Леонард, Ф. Лаут).

практическое занятие (5 часа(ов)):

Введение в психологию здоровья. Психология здоровья: определение, цели и задачи. Человек и его здоровье с позиций системного подхода. Качества зрелой личности. Методика определения психобиологического возраста Психическое здоровье. Психологическое здоровье детей. Основные представления о здоровой личности. Нормальная и патологическая личность. Стресс и проблемы здоровья. Способы борьбы со стрессом. Признаки стрессового напряжения. Реакции стресса. Психологические механизмы защиты от стресса. Тревожное состояние. Психологические причины депрессии. Профилактика психического стресса и коррекция его последствий. Психосоматика и ее профилактика.Эпидемиология нервно-психической и психосоматической заболеваемости. Психотерапия психогенных заболеваний 1. 1.Телесно ориентированная психотерапия (В. Райх, А. Лоуэн). 2. Индивидуальная психология (А. Адлер). 3. Бихевиоральная терапия. 4. Гештальттерапия (Ф. Перлз). 5. Методы трансперсональной психологии (С. Гроф, Л. Орр, Д. Леонард, Ф. Лаут).

Тема 2. Здоровьесберегающие технологии

лекционное занятие (4 часа(ов)):

Здоровьесберегающие технологии. Классификация методов развития личности. Диагностика индивидуального здоровья Диагностика отношения к своему здоровью. Анкета ?Ориентировочная оценка здорового поведения? Социальные и психологические факторы болезней адаптации. Социальная детерминация болезней адаптации. Психологическая детерминация болезней адаптации. Актуальность проблемы детской депрессии. Социально-психологическая и психосоматическая дезадаптация. Причины возникновения и профилактика социально опасных явлений. Основные принципы первичной профилактики зависимого поведения.Факторы риска алкоголизации и наркомании среди подростков. Созависимость. Профилактическая суицидология. ?Болезни века?. Принципы формирования здорового образа жизни. Внутренняя картина здоровья. Внутренняя картина болезни.

практическое занятие (5 часа(ов)):

ЭЛЕКТРОННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА КФУ

Здоровьесберегающие технологии. Классификация методов развития личности. Диагностика индивидуального здоровья Диагностика отношения к своему здоровью. Анкета ?Ориентировочная оценка здорового поведения? Социальные и психологические факторы болезней адаптации. Социальная детерминация болезней адаптации. Психологическая детерминация болезней адаптации. Актуальность проблемы детской депрессии. Социально-психологическая и психосоматическая дезадаптация. Причины возникновения и профилактика социально опасных явлений. Основные принципы первичной профилактики зависимого поведения.Факторы риска алкоголизации и наркомании среди подростков. Созависимость. Профилактическая суицидология. ?Болезни века?. Принципы формирования здорового образа жизни. Внутренняя картина здоровья. Внутренняя картина болезни.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Психология здоровья	2		подготовка к контрольной работе	5	контрольная работа
				подготовка к тестированию	4	тестирование
2.	Тема 2. Здоровьесберегающие технологии	2		подготовка к контрольной работе	5	контрольная работа
				подготовка к тестированию	4	тестирование
	Итого				18	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Образовательный процесс по дисциплине строится на основе комбинации следующих образовательных технологий.

Интегральную модель образовательного процесса по дисциплине формируют технологии методологического уровня: модульно-рейтинговое, контекстное обучение, развивающее и проектное обучение, элементы технологии развития критического мышления.

Реализация данной модели предполагает использование следующих технологий стратегического уровня (задающих организационные формы взаимодействия субъектов образовательного процесса), осуществляемых с использованием определенных тактических процедур:

- лекционные (вводная лекция, лекция-презентация, проблемная лекция);

- практические (работа в малых группах, игровые методики, метод кейс-стади, методы арт-терапии, использование видеоматериалов);

- активизации творческой деятельности (дискуссия, мозговой штурм, ролевые игры, метод проектов и др.);

- самоуправления (самостоятельная работа студентов, создание словаря терминов по материалам разделов, подготовка презентаций по темам домашних заданий, проведение научного исследования, написание рефератов).

Использование информационных технологий при организации коммуникации со студентами для представления информации, выдачи рекомендаций и консультирования по оперативным вопросам (электронная почта), использование мультимедиа-средств при проведении лекционных и семинарских занятий.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. Психология здоровья

контрольная работа , примерные вопросы:

Темы контрольных работ 1. Типы диагностических моделей здоровья. 2. Определение признаков стрессового напряжения. 3. Способы преодоления стресса. Психологические механизмы защиты от стресса. 4. Тревожное состояние. Психологические причины депрессии. 5. Формирование физического и психического здоровья во внутриутробном периоде. 6. Профилактика психического стресса и коррекция его последствий. 7. Основные причины психосоматических явлений. 8. Типы адаптивных моделей. Удовлетворительная адаптация. Напряженная адаптация. Неудовлетворительная адаптация. 9. Причины возникновения и профилактика социально опасных явлений. 10. Причины возникновения и профилактика зависимостей. 11. Интегративный подход к управлению психическим здоровьем.

тестирование , примерные вопросы:

Темы для психологического тестирования личности. 1. Диагностика уровня психического здоровья по прямым показателям (В.А. Войтенко). 2. Диагностика уровня стресса. 3. Диагностика самооценки Я - социальное, коммуникативное, материальное, физическое, деятельное, перспективное, рефлексивное 4. Диагностика отношения к своему здоровью. Анкета ?Ориентировочная оценка здорового поведения? 5. Анкета ?Профилактика наркозависимости? Темы для психологического тестирования группы. 1. Диагностика групповых ценностей. Методика ?Ценностные ориентации? М. Рокича 2. Оценка психологического климата коллектива

Тема 2. Здоровьесберегающие технологии

контрольная работа , примерные вопросы:

Темы контрольных работ 1. Типы диагностических моделей здоровья. 2. Определение признаков стрессового напряжения. 3. Способы преодоления стресса. Психологические механизмы защиты от стресса. 4. Тревожное состояние. Психологические причины депрессии. 5. Формирование физического и психического здоровья во внутриутробном периоде. 6. Профилактика психического стресса и коррекция его последствий. 7. Основные причины психосоматических явлений. 8. Типы адаптивных моделей. Удовлетворительная адаптация. Напряженная адаптация. Неудовлетворительная адаптация. 9. Причины возникновения и профилактика социально опасных явлений. 10. Причины возникновения и профилактика зависимостей. 11. Интегративный подход к управлению психическим здоровьем.

тестирование , примерные вопросы:

Темы для психологического тестирования личности. 1. Диагностика уровня психического здоровья по прямым показателям (В.А. Войтенко). 2. Диагностика уровня стресса. 3. Диагностика самооценки Я - социальное, коммуникативное, материальное, физическое, деятельное, перспективное, рефлексивное 4. Диагностика отношения к своему здоровью. Анкета ?Ориентировочная оценка здорового поведения? 5. Анкета ?Профилактика наркозависимости? Темы для психологического тестирования группы. 1. Диагностика групповых ценностей. Методика ?Ценностные ориентации? М. Рокича 2. Оценка психологического климата коллектива

Тема . Итоговая форма контроля

Примерные вопросы к зачету:

Темы для самостоятельной исследовательской работы.

темы эссе

1. Человек как система. Древние и современные холистические системы.

2. Психическое здоровье и его механизмы с позиций системного подхода. Гомеостаз (Э.С. Бауэр).

3. Механизмы саногенеза и валеогенез (Л.Д. Лиознер).

4. Типы диагностических моделей здоровья.
5. Типы адаптивных моделей. Удовлетворительная адаптация. Напряженная адаптация. Неудовлетворительная адаптация.

темы реферативных исследований

1. Этиопатогенетические концепции болезней адаптации.
2. Телесно ориентированная психотерапия (В. Райх, А. Лоуэн).
3. Индивидуальная психология (А. Адлер).
4. Бихевиоральная терапия.
5. Гештальттерапия (Ф. Перс).
6. Методы трансперсональной психологии (С. Гроф, Л. Орр, Д. Леонард, Ф. Лаут).
7. Профилактика психического стресса и коррекция его последствий.
8. Формирование физического и психического здоровья во внутриутробном периоде
9. Интегративный подход к управлению психическим здоровьем.
10. Взаимоотношения организма с окружающей средой.
11. Психоэкология. Биоритмы и здоровье.
12. Экологическое самосознание человека. Окружающая среда и этические нормы.
13. Особенности и тенденции девиантного поведения на современном этапе.

Вопросы к зачету по курсу "Психология делового общения"

1. Особенности психологического состояния населения в современный переходный период.
2. Эпидемиология нервно-психической и психосоматической заболеваемости.
3. Определение психологии здоровья, ее цели и задачи.
4. Оъект и предмет психологии здоровья.
5. Базовые определения здоровья.
6. Мотивация к сохранению, укреплению и развитию здоровья.
7. Стержневые характеристики эмоционального благополучия.
8. Модель комплексной программы развития личности "Цветок потенциалов"
9. Внутренняя картина здоровья.: базовые категории и способы формирования.
10. Основные грани внутренней картина здоровья.
11. Формы работы в области психологии здоровья.
12. Перечень качеств зрелой личности.
13. Критерии личностного роста в психоаналитической школе.(З.Фрейд, К. Юнг,А Адлер)
14. Критерии личностного роста в поведенческой и телесной психотераниии (В.Райх, А.Лоуэн)
15. Критерии личностного роста в гуманистическом направлении (К.Роджес, А.Маслоу, Ф.Перлз).
16. Критерии психического здоровья.
17. Особенности и тенденции девиантного поведения на современном этапе.
18. Разновидности аддикций. Психологические модели аддиктивного поведения.
19. Феномен созависимости. Признаки, характеристики поведения.
20. Факторы защиты от зависимостей. Профилактические модели.
21. Личностные особенности зависимостей.
22. Суицидологическая служба.
23. Классификация методов развития личности.
24. Запредельные задачи психологии здоровья.
25. Способы борьбы со стрессом. Признаки стрессового напряжения. Реакции стресса.
26. Психологические механизмы защиты от стресса.
27. Тревожное состояние.
28. Психологические причины депрессии.

ЭЛЕКТРОННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА КФУ

29. Профилактика психического стресса и коррекция его последствий.

30. Психосоматика и ее профилактика.

7.1. Основная литература:

1. Яшин, В. Н. ОБЖ : Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. Н. Яшин. - 3-е изд., перераб. - М.: ФЛИНТА : Наука, 2011. - 128 с. http://znanium.com/bookread.php?book=465872

2. Орехова, Т. Ф. Теоретические основы формирования здорового образа жизни субъектов педагогического процесса в системе современного общего образования [Электронный ресурс] : монография / Т. Ф. Орехова. - 2-е изд., стереотип. - М. : ФЛИНТА, 2011. - 353 с. http://znanium.com/bookread.php?book=409683

7.2. Дополнительная литература:

1. Бароненко В. А. Здоровье и физическая культура студента: Учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2009. - 336 с.: ил.; 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8, 1500 экз. http://znanium.com/bookread.php?book=180800

2. Полтавцева, Н. В. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании [Электронный ресурс] : монография / Н. В. Полтавцева, М. Ю. Стожарова, Р. С. Краснова и др. - 2-е изд., стереотип. - М.: ФЛИНТА, 2011. - 262 с. http://znanium.com/bookread.php?book=409835

3. Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. http://znanium.com/bookread.php?book=443255

4. Ефимова Н. С. Основы общей психологии: учебник / Н.С. Ефимова. - М.: ИД ФОРУМ: ИНФРА-М, 2011. - 288 с.: ил.; 60x90 1/16. - (Профессиональное образование). (переплет) ISBN 978-5-8199-0301-8, 1500 экз. http://znanium.com/bookread.php?book=247361

7.3. Интернет-ресурсы:

Образовательный видеопортал - http://www.univertv.ru

Психологическая библиотека - http://bookap.info

Психологическая библиотека Киевского Фонда содействия развитию психической культуры - http://psylib.kiev.ua

Фонд спасения детей и подростков от наркотиков - http://www..narconon.ru

Электронная библиотека - http://www.koob.ru/

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Психология здорового образа жизни" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB,audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудованием имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

1) Для аудиторных лекционных занятий: мультимедиа - аудитория.

2) Для аудиторных практических и семинарских занятий: просторное помещение, обеспечивающее возможность свободного перемещения участников; мультимедийное оборудование; набор канцелярии - бумага различного формата и цветов; маркеры и фломастеры.

3) Для самостоятельной работы студентов: выход в Интернет.

4) Литературные источники.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 050100.62 "Педагогическое образование" и профилю подготовки Биология и английский язык .

Автор(ы):
Афанасьев П.Н. _____
"__" _____ 201 __ г.

Рецензент(ы):
Баянова Л.Ф. _____
"__" _____ 201 __ г.