



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«Дальневосточный федеральный университет»
(ДВФУ)
ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательной
Программы ЮШ

(подпись)

Н.А. Князева

(И.О. Фамилия)

УТВЕРЖДАЮ

Директор Департамента психологии и
образования

(подпись)

Е.В. Самсонова

(И.О. Фамилия)

«29» ноября 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Социально-психологические основы профессионального здоровья личности

Направление подготовки:

40.03.01 Юриспруденция

Форма подготовки: очная

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 13 августа 2020 г. № 1011.

Рабочая программа обсуждена на заседании Департамента психологии и образования, протокол № 6 от «29» ноября 2022 г.

Директор Департамента психологии и образования ШИГН: канд. пед. наук Е.В. Самсонова
Составители: к. психол. н. Е. В. Глушак, к. мед. н., М.Ю. Елиневская

Владивосток
2022

1. Рабочая программа пересмотрена на заседании департамента психологии и образования и утверждена на заседании департамента психологии и образования, протокол от «_____»

_____ 20__ г. № _____

Директор департамента _____
(подпись) (И.О. Фамилия)

2. Рабочая программа пересмотрена на заседании департамента психологии и образования и утверждена на заседании департамента психологии и образования, протокол от «_____»

_____ 20__ г. № _____

Директор департамента _____
(подпись) (И.О. Фамилия)

3. Рабочая программа пересмотрена на заседании департамента психологии и образования и утверждена на заседании департамента психологии и образования, протокол от «_____»

_____ 20__ г. № _____

Директор департамента _____
(подпись) (И.О. Фамилия)

4. Рабочая программа пересмотрена на заседании департамента психологии и образования и утверждена на заседании департамента психологии и образования, протокол от «_____»

_____ 20__ г. № _____

Директор департамента _____
(подпись) (И.О. Фамилия)

Аннотация дисциплины

Социально-психологические основы профессионального здоровья личности

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачётные единицы / 144 академических часов. Является дисциплиной части, формируемой участниками образовательных отношений, изучается на 2 курсе и завершается зачетом в 4 семестре. Учебным планом предусмотрено проведение практических 72 часов, а также выделены часы на самостоятельную работу студента – 72 часа (онлайн-курса не предусмотрено).

Язык реализации: русский.

Цель: сформировать способность определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Задачи:

- формирование навыков применять инструменты и методы из различных областей знания для решения поставленных задач;
- формирование навыков планировать и определяет задачи саморазвития на различных этапах личностного и профессионального самоопределения.

Для успешного изучения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы следующие предварительные компетенции: УК-1, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, полученные в результате изучения дисциплин Введение в профессию (правоведение), Логика и критическое мышление, Риторика и юридическое письмо для юристов, обучающийся должен быть готов к изучению таких дисциплин, как Финансовое право, Налоговое право, Предпринимательское право, формирующих компетенции: УК-11.1; УК-

11.3; ОПК-7.1; ОПК-6.1, ОПК-6.2; ОПК-6.3; ОПК-7.2; ОПК-7.3.

Компетенции студентов, индикаторы их достижения и результаты обучения по дисциплине:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции (результат освоения)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Наименование показателя оценивания (результата обучения по дисциплине)
Разработка и реализация проектов	УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1 Применяет инструменты и методы из различных областей знания для решения поставленных задач	Знает - отсутствует Умеет применять инструменты из различных областей знания для решения поставленных задач Владеет методами решения поставленных задач из различных областей знаний
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.3 Планирует и определяет задачи саморазвития на различных этапах личностного и профессионального самоопределения	Знает и понимает принципы планирования и реализации задач саморазвития на различных этапах личностного и профессионального самоопределения Умеет планировать и реализовывать траекторию саморазвития на различных этапах профессионального самоопределения Владеет способами саморазвития и реализации траектории саморазвития

I. Цели и задачи освоения дисциплины:

Цель: сформировать способность определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Задачи:

- формирование навыков применять инструменты и методы из различных областей знания для решения поставленных задач;

формирование навыков планировать и определяет задачи саморазвития на различных этапах личностного и профессионального самоопределения. В результате изучения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие универсальные компетенции.

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции (результат освоения)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Наименование показателя оценивания (результата обучения по дисциплине)
Разработка и реализация проектов	УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1 Применяет инструменты и методы из различных областей знания для решения поставленных задач	Знает - отсутствует Умеет применять инструменты из различных областей знания для решения поставленных задач Владеет методами решения поставленных задач из различных областей знаний
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.3 Планирует и определяет задачи саморазвития на различных этапах личностного и профессионального самоопределения	Знает и понимает принципы планирования и реализации задач саморазвития на различных этапах личностного и профессионального самоопределения Умеет планировать и реализовывать траекторию

			саморазвития на различных этапах профессионального самоопределения Владеет способами саморазвития и реализации траектории саморазвития
--	--	--	---

I. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачётных единицы (144 академических часа).

Видами учебных занятий и работы обучающегося по дисциплине являются:

Обозначение	Виды учебных занятий и работы обучающегося
Пр	Практические занятия
СР	Самостоятельная работа обучающегося в период теоретического обучения
Контроль	Самостоятельная работа обучающегося и контактная работа обучающегося с преподавателем в период промежуточной аттестации

II. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Форма обучения – очная.

№	Наименование раздела дисциплины	С е м е с т р	Количество часов по видам учебных занятий и работы обучающегося						Конт роль	Формы промежуточной аттестации -зачет
			Лек	Лаб	Пр	ОК	СР			
1	Раздел 1.		-	-	36	-	36	-		
	Тема 1.	IV	-	-	6	-	6	-	УО-3	
	Тема 2.	IV	-	-	6	-	6	-	УО-3	
	Тема 3.	IV	-	-	6	-	6	-	УО-3	
	Тема 4.	IV	-	-	6	-	6	-	ПР-10	

	Тема 5.	IV	-	-	6	-	6	-	ПР-11
	Тема 6.	IV	-	-	6	-	6	-	ПР-13
2	Раздел 2.		-	-	36	-	36	-	
	Тема 7.	IV	-	-	6	-	6	-	ПР-3
	Тема 8.	IV	-	-	6	-	6	-	ПР-10
	Тема 9.	IV	-	-	6	-	6	-	ПР-11
	Тема 10.	IV	-	-	6	-	6	-	УО-4
	Тема 11.	IV	-	-	6	-	6	-	ПР -11
	Тема 12.	IV	-	-	6	-	6	-	проект (ПР-9)
	ИТОГО (час.)		-	-	72	-	72	-	

III. СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА

(не предусмотрены учебным планом)

а. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА

Практические занятия (72 час.)

Раздел 1. Трудовая деятельность и профессиональное здоровье

Занятие 1. Психология состояний и адаптации. Основы психического здоровья человека (6 часов) – с использованием методов активного обучения (2 час.)

1. Понятие и функции психических состояний. Классификация, виды состояний.

2. Психические состояния и здоровье человека. Показатели психического и психологического здоровья.

3. Понятие о функциональном состоянии. Основные виды функциональных состояний в профессиональной деятельности (монотония, напряжение, утомление, переутомление).

4. Понятие «адаптации» в психологии. Механизм психической адаптации. Виды психологической адаптации личности. Понятие «дезадаптации», основные признаки дезадаптивного поведения.

5. Саморегуляция психических состояний. Система самовнушения, аутогенная тренировка, релаксидиоматорная тренировка.

Занятие 2. Социальное здоровье и его значение для здоровья общественного устройства и биологического состояния популяции (6 часов)

1. Заболевания и их социальная значимость. Социальные девиации и их роль в социальном здоровье.

2. Религиозность и отношение к нормам морали. Уровень здоровья в социальных группах.

3. Социальные классы и их стратификация. Здоровье в социальных классах.

4. Здоровье в гендерных группах. Семья, ее трансформация и влияние на здоровье.

Занятие 3. Психологическая устойчивость личности (6 часов), с использованием метода активного обучения – (2 час.)

1. Понятие «устойчивой личности». Роль психологической устойчивости для человека.

2. Составляющие психологической устойчивости.

3. Качества психологической устойчивости: уравновешенность, стойкость, сопротивляемость.

4. Доминанты психологической устойчивости: вера, познавательная, деятельностная и коммуникативная активность.

Занятие 4. Работоспособность как критерий профессионального здоровья (6 часов).

1. Понятие профессионального здоровья. Показатели и критерии.
2. Трудоспособность, работоспособность и утомление.
3. Функциональные состояния человека и фазы работоспособности.

Состояние адекватной мобилизации и динамического рассогласования.

4. Субъективные и объективные показатели функционального состояния.
5. Работоспособность и режимы работы.
6. Профилактика негативных функциональных состояний в профессиональной деятельности.

Занятие 5. Особенности сопровождения лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и с инвалидностью в профессиональной деятельности юристов (6 часов)

1. Теоретические представления о природе отклоняющегося развития и функционирования.
2. Социально-психологические особенности лиц с ограниченными возможностями здоровья (психология лиц с нарушениями интеллектуального развития, речи, слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, с расстройствами аутистического спектра).
3. Правовая защита лиц с ОВЗ и инвалидностью. Психолого-медико-педагогическая комиссия и медико-социальная экспертиза в сопровождении лиц с ОВЗ и инвалидностью. Современная система помощи лицам с ОВЗ.
4. Условия юридического сопровождения лиц с ограничениями в жизнедеятельности и инвалидностью.

Занятие 6. Психологическое здоровье как условие успешной профессиональной деятельности (6 часов).

1. Специфика профессиональной деятельности, стрессогенные факторы.
2. Современный рынок и его требования к профессионалу, юристу. Профессиональная деятельность: виды, типы, режимы. Особенности юридической деятельности.
3. Классификация профессий, место и социальное значение юридических профессий. Модели конкурентоспособности работника.
4. Профессиограмма юриста. ПВК и ПЖК юриста, адвоката и др. Жизнеспособность, жизнестойкость. Профессиональная пригодность.
5. Профессиональное выгорание в юридической сфере: фазы, симптомы.

Раздел 2. Технологии здоровьесбережения в трудовой деятельности юриста.

Занятие 7. Здоровьесберегающие технологии (6 часов).

1. Понятие технологии, здоровьесбережения.
2. Здоровьесберегающие компетенции: культура позитивного отношения к здоровью; владение способами физического самосовершенствования, эмоциональной саморегуляции, самоподдержки, самоконтроля; способность подбирать и использовать индивидуальные средства и методы саморегуляции
3. Инструменты профилактики профессионального выгорания и сохранения психологического здоровья.

Занятие 8. Самоменеджмент как технология. Тайм-менеджмент. Их особенности в профессиональной жизни юриста (6 часов).

1. Понятие самоменеджмента и тайм-менеджмента. Принципы и методы эффективного использования времени.
2. Планирование и стратегия. Виды планирования. Техники планирования: «Диаграмма Ганта», метод «Альпы», «Принцип Парето».

Технические средства поддержки планирования профессиональной деятельности.

3. Применение метода бенчмаркинга (benchmarking) в тайм-менеджменте. Техники расстановки приоритетов, в т.ч. в деятельности юриста.

4. Продуктивное отношение к изменениям. Самодиагностика «Ловушек времени».

5. Эффективные стратегии в ситуации стресса и неопределенности

Занятие 9. Методы повышения личной эффективности юриста (6 часов).

1. Понятие и принципы самомотивации, их особенности в деятельности юриста.

2. Самосаботаж как риск карьерного роста. Фазы формирования и признаки, способы обнаружения и коррекции.

3. Управление стрессом в деятельности юриста. Сбалансированная система труда и эффективного отдыха.

4. Интеллектуальное и духовное развитие как основа личной и профессиональной эффективности юриста.

5. Понятие самокоучинга, техники управления жизнью юриста - построение «Колеса баланса», «Мастер-плана» и др..

Занятие 10. Экологичное управление личной карьерой юриста (6 часов).

1. Показатели здорового профессионализма. Принцип экологичности в управлении личной карьерой юриста.

2. Эффективный самомаркетинг на этапе профессиональной подготовки юриста. Определение профессиональных приоритетов и постановка задач карьеры.

3. Психологический настрой в управлении карьерой юриста.

4. Работа с личными и профессиональными целями. Необходимость постоянных изменений и принципы сбалансированного самообновления,

самообразования в юридической деятельности (С.Р. Кови). Карьерограмма и профессиональное продвижение юриста.

Занятие 11. Карьерный потенциал личности и профессиональное здоровье юриста (6 часов).

1. Понятие профессиональной и карьерной компетентности в юридической деятельности.
2. Оценка карьерных компетенций юриста. Диагностика профессионального поля: определение узла возможностей, точки ресурса.
3. Самопрезентация в профессиональном поле. Попадание в профессиональное поле. Закрепление и продвижение в профессиональном поле.

Занятие 12. Подготовка и защита проекта по сохранению и профилактике психологического здоровья юриста (6 часов).

1. Планирование и план проекта. Планирование целей и содержания проекта.
2. Модель защиты проекта (выбор).
3. Критерии оценки проекта.
4. Особенности успешной презентации проектов.

IV. КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА

№ п/ п	Контролируемые разделы / темы дисциплины	Код и наименование индикатора достижения	Результаты обучения	Оценочные средства	
				текущий контроль	промежуточная аттестация
1	Раздел 1. Трудовая деятельность и профессиональное здоровье	УК-2.1 Применяет инструменты и методы из различных областей знания для решения поставленных задач	Способность к применению инструментов и методов из различных областей знания для решения поставленных задач	Доклад, сообщение (УО-3) Творческое задание (ПР-13) Деловая ролевая игра (ПР-10);	Вопросы к зачету № 1 - № 8

2	Раздел 2. Технологии здоровьесбережения в трудовой деятельности юриста.	УК-6.3 Планирует и определяет задачи саморазвития на различных этапах личностного и профессионального самоопределения	Способность планирования саморазвития на различных этапах личностного и профессионального самоопределения и саморазвития.	Творческое задание (ПР-13) Рефлексивное эссе (ПР-3) Деловая и/или ролевая игра (ПР-10) Дискуссия (УО-4) Проект ПР-9	Вопросы к зачету № 9 - № 15
4	Зачёт				

*Рекомендуемые формы оценочных средств:

1) собеседование (УО-1), коллоквиум (УО-2); доклад, сообщение (УО-3); круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты (УО-4); и т.д.

2) тесты (ПР-1); контрольные работы (ПР-2), эссе (ПР-3), рефераты (ПР-4), курсовые работы (ПР-5), научно-учебные отчеты по практикам (ПР-6); лабораторная работа (ПР-7); портфолио (ПР-8); проект (ПР-9); деловая и/или ролевая игра (ПР-10); кейс-задача (ПР-11); рабочая тетрадь (ПР-12) и т.д.

3) тренажер (ТС-1) и т.д.

V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Социально-психологические основы профессионального здоровья личности» включает в себя:

- план-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине, в том числе примерные нормы времени на выполнение по каждому заданию;
- характеристика заданий для самостоятельной работы студентов и методические рекомендации по их выполнению;
- требования к представлению и оформлению результатов самостоятельной работы;

- критерии оценки выполнения самостоятельной работы.

Общее количество часов на самостоятельную работу – 72 часа.

Самостоятельная работа определяется как индивидуальная или коллективная учебная деятельность, осуществляемая без непосредственного руководства педагога, но по его заданиям и под его контролем. Самостоятельная работа – это познавательная учебная деятельность, когда последовательность мышления студента, его умственных и практических операций и действий зависит и определяется самим студентом.

Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровней, что в итоге приводит к развитию навыка самостоятельного планирования и реализации деятельности.

Целью самостоятельной работы студентов является овладение необходимыми компетенциями по своему направлению подготовки, опытом творческой и исследовательской деятельности.

Формы самостоятельной работы студентов:

- работа с основной и дополнительной литературой, интернет-ресурсами;
- самостоятельное ознакомление с лекционным материалом, представленным на электронных носителях, в библиотеке образовательного учреждения;
- подготовка докладов в виде реферативных обзоров источников периодической печати, опорных конспектов, заранее определенных преподавателем;
- поиск информации по теме с последующим ее представлением в аудитории в форме доклада, презентаций;
- выполнение письменных заданий самостоятельной работы;
- подготовка сообщений к выступлению на круглом столе,

- дискуссии;
- написание эссе;
- разработка и защита проекта;
- подготовка к деловым и ролевым играм;
- подготовка к зачету.

План-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Дата/сроки выполнения	Вид самостоятельной работы	Примерные нормы времени на выполнение	Форма контроля	Тип оценочного средства
1	1 неделя	Анализ базы теоретических источников методом контент-анализа по теме	9 часов	Доклад с электронной презентацией результатов исследования	УО-3
2	2 неделя	Подготовка доклада - презентации	9 часов	Представление	ПР - 13
3	В течение семестра	Подготовка и защита группового проекта	9 часов	Защита проекта	ПР-9
4	3-4 неделя	Написание эссе	18 часов	Защита проекта	ПР-9
5	5-6 недели	Подготовка к мастер-классу по применению технологий здоровьесбережения	18 часов	Дискуссия	УО-4
6	В течение семестра	Подготовка к зачёту	9 часов		ПР-9
	Всего		72 часа		

Рекомендации

к самостоятельной работе студентов по дисциплине «Социально-психологические основы профессионального здоровья личности»

Самостоятельная работа студентов, предусмотренная учебным планом, соответствует более глубокому усвоению изучаемого курса, формирует навыки исследовательской работы и ориентирует на умение применять теоретические знания на практике.

Общая характеристика содержания самостоятельной работы студентов. Учебный процесс в высшем учебном заведении в значительной степени

строится на самостоятельной работе студентов, без которой трудно в полной мере овладеть сложным программным материалом и научиться в дальнейшем постоянно совершенствовать приобретенные знания и умения. Самостоятельная работа является внеаудиторной и предназначена для самостоятельного ознакомления студента с определенными разделами курса по рекомендованным педагогом материалам и подготовки к выполнению индивидуальных заданий по курсу.

Самостоятельная работа студентов, предусмотренная учебным планом, соответствует более глубокому усвоению изучаемого курса, формирует навыки исследовательской работы и ориентирует на умение применять теоретические знания на практике.

Целью самостоятельной работы студентов является:

- закрепление, расширение и углубление знаний, умений и навыков, полученных студентами на аудиторных занятиях под руководством преподавателей;

- изучение дополнительных материалов по дисциплине и умение выбирать необходимый материал из различных источников;

- воспитание у студентов самостоятельности, организованности, самодисциплины, творческой активности, потребности развития познавательных способностей и упорства в достижении поставленных целей.

Предлагаемый подход к освоению материала усиливает мотивацию к аудиторной и внеаудиторной активности, что обеспечивает необходимый уровень знаний по изучаемым дисциплинам и позволяет повысить готовность студентов к сдаче зачетов.

Самостоятельная работа студентов состоит из подготовки к практическим занятиям, конспектирования рекомендованных источников и изучения исследовательской литературы, выполнения письменных заданий, составления доклада, подготовки к зачету.

В процессе выполнения самостоятельной работы рекомендуется руководствоваться учебной, периодической и справочной литературой,

содержащейся в библиотеке ДВФУ, Интернет-ресурсами, настоящими методическими рекомендациями.

Контроль за самостоятельной работой осуществляется в форме защиты индивидуальных работ, обсуждения докладов, а также в ходе проведения сессии и промежуточного текущего контроля.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения всех видов занятий. Промежуточный контроль предназначен для практической комплексной оценки освоения разделов курса, и осуществляется путем подготовки студентов ответов на заданные преподавателем вопросы. Он проводится регулярно в виде практических работ.

Самостоятельная работа студентов предполагает следующие виды работ:

- знакомство с рекомендуемой учебной и научной литературой по дисциплине;
- конспектирование научных трудов, в т.ч. профильных журнальных статей по теоретическим, методологическим и практическим аспектам управления организационной культурой.
- подготовка докладов-презентаций;
- написание эссе;
- разработка и защита проекта;
- выполнение письменных заданий;
- подготовка к зачёту в формате, согласованном с преподавателем.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента по дисциплине «Социально-психологические основы профессионального здоровья личности» предусматривает:

- определение круга учебных вопросов, которые обучающиеся должны изучить самостоятельно;
- подбор необходимой учебной литературы, обязательной для проработки и изучения;

- поиск дополнительной научной литературы, к которой студенты могут прибегать при возникновении особой заинтересованности в конкретной теме;

- определение перечня контрольных вопросов, позволяющих обучающимся самостоятельно проверить качество полученных знаний;

- организацию консультаций преподавателя для разъяснения вопросов, вызывающих затруднения при самостоятельном освоении учебного материала.

Для оптимизации работы с тематической периодикой рекомендуется использовать электронные ресурсы научной библиотеки ДВФУ.

VI. СПИСОК УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература

(электронные и печатные издания)

1. Алёшичева А.В. Психологическое здоровье личности: монография / Алёшичева А.В., Самойлов Н.Г.. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 216 с. — ISBN 978-5-89353-555-6. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88098.html>

2. Истратова О.Н. Профессиональное становление личности: этапы, механизмы, сопровождение : учебное пособие / Истратова О.Н.. — Ростов-на-Дону, Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2022. — 211 с. — ISBN 978-5-9275-4206-2. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/129108.html>

3. Каменская Е.Н. Психологическая безопасность личности и поведение человека в чрезвычайной ситуации : учебное пособие / Каменская Е.Н.. — Ростов-на-Дону, Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2017. — 110 с. — ISBN 978-5-9275-2584-3. — Текст :

электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL:
<https://www.iprbookshop.ru/87480.html>

Дополнительная литература

(печатные и электронные издания)

1. Гладышев Ю.В. Психофизиология профессиональной деятельности: учебное пособие / Гладышев Ю.В., Гладышева Н.Г. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 283 с. — ISBN 978-5-4497-1185-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/108242.html>
2. Иванова, С. Личная эффективность на 100% [Электронный ресурс]: сбросить балласт, найти себя, достичь цели / С. Иванова, Д. Болдогоев; под ред. М. Савина. — Электрон. текстовые данные. — М.: Альпина Паблишер, 2016. — 208 с. — 978-5-9614-5306-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/43563.html>
3. Парахина, В. Н. Самоменеджмент [Электронный ресурс]: учебное пособие / В. Н. Парахина, В. И. Перов, Ю. Р. Бондаренко; под ред. В. Н. Парахина, В. И. Перов. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, 2016. — 368 с. — 978-5-211-06254-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/13157.html>
4. Тайм-менеджмент. Полный курс / Архангельский Г.А., Бехтерев С.В., Лукашенко М. - М.: Альпина Пабл. 2019. - 311 с.: ISBN 978-5-9614-1881-1 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/925383>
5. Кови С. Фокус [Электронный ресурс]: достижение приоритетных целей / Кови Стивен, Джонс Стив. — Электрон. текстовые данные. — М.: Альпина Паблишер, 2019. — 145 с. — 978-5-9614-5109-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/41495.html>
6. Кови С. Главное внимание — главным вещам. Жить, любить, учиться, оставить наследие [Электронный ресурс] / Кови Стивен, Меррилл Ребекка, Меррилл Роджер ; пер. П. Самсонов под ред. Р. Пискотина. —

Электрон. текстовые данные. — М.: Альпина Паблицер, 2017. — 325 с. — 978-5-9614-5101-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49308.html>

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Перечень информационных технологий и программного обеспечения

В учебном процессе по дисциплине используются следующие информационно-справочные системы, а также программное обеспечение и электронные библиотечные системы:

Поисковые системы: Google, Mail.ru, Bing, Yandex;

Программное обеспечение:

Операционная система Windows;

Пакет прикладных программ Microsoft Office: Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point.

Электронные библиотечные системы:

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – режим доступа URL: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

ЭБС Znaniun.com – режим доступа URL: <http://www.znaniun.com>

ЭБС Издательства «Лань» – режим доступа: <http://e.lanbook.com>

ЭБС IPRbooks – режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>

VII. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические рекомендации к выполнению заданий

Практические занятия – вид учебных занятий, который предусматривает решение комплексных учебных задач.

Там же выложены и задания для самостоятельной работы. Очередное задание самостоятельной работы выполняется после выполнения заданий текущей практической работы.

Данная дисциплина имеет ярко выраженный практико-ориентированный характер, что прослеживается на всех этапах организации

образовательного процесса. Студентам на каждом занятии предлагаются электронные ресурсы, составляющие приложение к данной рабочей программе. В процессе занятий используются разнообразные способы рефлексивного взаимодействия и обратной связи, что помогает освоению материала и выработке собственной точки зрения.

Промежуточной аттестацией по дисциплине «Социально-психологические основы профессионального здоровья личности» является зачет.

Студент считается аттестованным по дисциплине при условии выполнения всех видов текущего контроля и самостоятельной работы, предусмотренных учебной программой.

Шкала оценивания сформированности образовательных результатов по дисциплине представлена в фонде оценочных средств (ФОС).

VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные занятия по дисциплине проводятся в помещениях, оснащенных соответствующим оборудованием и программным обеспечением.

Перечень материально-технического и программного обеспечения дисциплины приведен в таблице.

690922, Приморский край, г. Владивосток, остров Русский, полуостров Саперный, поселок Аякс, 10. Корпус F 26, учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, практических занятий F 512	Специализированная учебная мебель (посадочных мест – 30) Оборудование: Доска аудиторная Флипчарт Проектор, модель Mitsubishi, экран Эксклюзивная документ камера, модель Avervision F 512 Доска аудиторная
--	--

690922, Приморский край, г. Владивосток, остров Русский, полуостров Саперный, поселок Аякс, 10. Корпус F 26,, учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, занятий лекционного и семинарского типа F 508 Б	Специализированная учебная мебель (посадочных мест – 30) Оборудование: плазма: модель LG FLATRON M4716CCBA Проектор, модель Mitsubishi, экран Эксклюзивная документ-камера, модель Avervision Доска аудиторная F 508 Б
--	---

В целях обеспечения специальных условий обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в ДВФУ все здания оборудованы пандусами, лифтами, подъемниками, специализированными местами, оснащенными туалетными комнатами, табличками информационно-навигационной поддержки.

Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
690922, Приморский край, г. Владивосток, остров Русский, полуостров Саперный, поселок Аякс, 10. Корпус 26, учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, практических занятий F 522.	690922, Приморский край, г. Владивосток, остров Русский, полуостров Саперный, поселок Аякс, 10. Корпус 26, учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, занятий лекционного и семинарского типа F 514.	Программное обеспечение: проектор Mitsubishi EW330U, экран проекционный ScreenLine Trim White Ice, профессиональная ЖК-панель 47, 500 Кд/м2, Full HD M4716CCBA LG, подсистема видеоисточников документ-камера CP355AF Avervision; подсистема видеокмутации; подсистема аудиокмутации и звукоусиления; подсистема интерактивного управления.