

	СИЛАБУС Психологія здоров'я особистості	
	Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
	Галузь знань	01 Освіта/педагогіка
	Спеціальність	
	Освітня програма	
	Цикл дисципліни	Вибіркова навчальна дисципліна за вибором студента
	Рік підготовки, семестр	2 рік, 3 семестр
	загальна кількість годин/кредитів	90 годин/3 кредита
Мова викладання	українська	
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧІВ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ		
ШБ викладача	Науменко Наталія Вікторівна	
Кафедра	кафедра здоров'я людини, реабілітології і спеціальної психології	
Посада	доцент	
Науковий ступінь	доктор педагогічних наук	
Вчене звання	доцент	
Наукові інтереси	Теоретико-методичні аспекти формування, збереження та зміцнення здоров'я дітей, підлітків та студентської молоді, формування здорового способу життя учнівської та студентської молоді; збереження професійного здоров'я майбутніх педагогів, створення безпекоорієнтованого, здоров'язбережувального інклюзивного середовища у закладах освіти всіх рівнів в умовах сучасних ризиків.	
Адреса, № кабінету	вул. Алчевських, 29, к. 310	
Контактна інформація:	099-154-52-43 (телефон), nataliia.naumenko@hnpu.edu.ua	
ПОЛІТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ		
Кожен викладач висуває здобувачам вищої освіти систему вимог, правил поведінки студентів на заняттях, узаємин із викладачем, іншими студентами. Не пропускати лекції та семінарські заняття, про відсутність за поважних причин доводити до відома викладача заздалегідь. Здавати й захищати самостійні роботи та завдання у визначені терміни, за роботу, яка подається на перевірку викладачеві пізніше встановленого терміну буде зніматися 0,5 бала. Регулярно переглядати лекційний матеріал. Обов'язковою є присутність здобувача на модульному та підсумковому контролю. Системність і регулярність роботи здобувача вищої освіти з навчальною і науковою літературою. Здобувач успішно навчається, якщо послідовно набирає кредити, необхідні для здобуття бажаного ступеня. Для цього потрібно, щоб накопичувальний бал був не нижче, ніж <u>60</u> за всіма курсами протягом кожного семестру й не менш <u>60</u> з основних курсів. Якщо накопичувальний бал нижче <u>60</u> балів, здобувач вважається неуспішним і може бути відрахований відповідно до «<u>Положення про організацію освітнього процесу в Харківському національному педагогічному університеті імені Г. С. Сковороди (у новій редакції)</u>».		
Пререквізити навчальної дисципліни	Пререквізити (Prerequisite) – «Здоров'я та безпека людини» Зазначена дисципліна є підготовчою для формування системи знань, умінь і навичок із навчальної дисципліни «Психологія здоров'я особистості», зокрема її змістових модулів: 1. Загальні питання психології здоров'я особистості 2. Психокорекція та психопрофілактика в роботі вчителя	
ХАРАКТЕРИСТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ		
Призначення дисципліни	навчальної	«Психологія здоров'я особистості» – дисципліна, яка покликана розвивати та формувати компетентності сучасного вчителя щодо психологічного забезпечення здоров'я особистості, виявлення психологічних факторів, що сприяють підвищенню рівня психологічного здоров'я людини, попередження професійного

	вигорання, створення сприятливого і комфортного освітнього середовища в закладах освіти.			
Мета вивчення навчальної дисципліни	Метою викладання навчальної дисципліни «Психологія здоров'я особистості» є засвоєння майбутніми вчителями базових теоретичних знань та основних практичних навичок, необхідних для попередження різних психічних і психосоматичних розладів в учнів, корекції індивідуального розвитку та адаптації до умов соціального (освітнього) середовища, створення умов для реалізації потенційних можливостей учнів, саморегуляції особистості, психокорекції психічного та психологічного здоров'я, збереження психологічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах ризиків			
Завдання вивчення навчальної дисципліни	Завдання вивчення навчальної дисципліни є: – оволодіння системою загальнотеоретичних та спеціальних професійних знань про особливості організації безпекоорієнтованого освітнього середовища в закладах освіти; – засвоєння знань про розвиток психології здоров'я на сучасному етапі розвитку суспільства; категорію «здоров'я», «безпека» як системні поняття; – засвоєння знань про здоровий спосіб життя та чинники, які впливають на здоров'я людини; соціально-психологічну дезадаптацію; патогенну поведінку людини; чинники формування психічного здоров'я особистості; особистісні ресурси забезпечення психологічного здоров'я; профілактику психічного та психологічного здоров'я в різних вікових групах; – засвоєння знань про психогігієну; педагогічну психогігієну або психогігієну навчання і виховання; психогігієну праці та колективного життя; психокорекцію психічного та психологічного здоров'я; – оволодіння методами психокорекції та психопрофілактики; – оволодіння методами саморегуляції особистості; – оволодіння системою знань і формування практичних умінь щодо збереження психологічного здоров'я в умовах ризиків			
РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ЗА ДИСЦИПЛІНОЮ * крім ДВВ				
Сформовані компетентності				
Програмні результати навчання				
МЕТОДИ, ФОРМИ НАВЧАННЯ І ОЦІНЮВАННЯ				
Методи навчання		Форми та методи оцінювання		
Лекції; виступи на семінарах з елементами бесіди, дискусії, конференції; ситуаційні завдання з питань академічної доброчесності; самостійна робота з критичного аналізу літературних джерел. участь у дискусії; обговорення лекцій і доповідей; самостійна робота з критичного аналізу літературних джерел. Тренінги; ситуаційні завдання (кейс-метод); рольові ігри, обговорення проблемних питань, доповіді, підготовлені здобувачами; обговорення доповідей здобувачів; самостійна робота з критичного аналізу літературних джерел. Практичні заняття (лабораторні практикуми, тренінги, майстер-класи)		Усне опитування, тестування, виконання письмових завдань; оцінювання доповіді за темою практичного заняття та самостійної роботи. Оцінювання доповіді за темою практичного заняття та самостійної роботи, виступу; оцінювання участі у дискусії Тестування, співбесіда, виконання письмових завдань, розв'язування кейсів		
ЗМІСТ ТА ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ				
Назва теми/розділу дисципліни	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота
Тема 1. Предмет, завдання та методи психології здоров'я особистості	1	2		6

Тема 2. Формування здорового способу життя особистості	2	2		6
Тема 3. Поняття про психогігієну	1	2		6
Тема 4. Профілактика психічного та психологічного здоров'я особистості	1	4		12
Тема 5. Психопрофілактика психічного здоров'я в різних вікових групах	2	2		6
Тема 6. Психокорекція психічного та психологічного здоров'я	1	2		6
Тема 7. Саморегуляція особистості в психології здоров'я	1	4		12
Тема 8. Збереження психологічного здоров'я у надзвичайних ситуаціях	1	2		6
	10	20		60

КОНТРОЛЬ І ОЦІНКА РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Методика оцінювання повинна ґрунтуватися на принципах об'єктивності, прозорості, гнучкості та високої диференціації.

Рейтингова оцінка	Оцінка за стобальною шкалою	Значення оцінки
A	90 – 100 балів	Відмінно – відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з можливими незначними недоліками
B	82 – 89 балів	Дуже добре – достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
C	74 – 81 балів	Добре – в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
D	69 – 73 балів	Задовільно – посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60 – 68 балів	Достатньо – мінімально можливий допустимий рівень балів знань (умінь)
FX	35 – 59 балів	Незадовільно з можливістю повторного складання – незадовільний рівень знань, з можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання
F	1 – 34 балів	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу – досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни

ВИДИ КОНТРОЛЮ

У процесі вивчення навчальної дисципліни використовуються наступні види контролю:

1. Поточний — здійснюється на практичних заняттях. За змістом він включає перевірку розуміння та запам'ятовування студентом навчального матеріалу, який охоплюється темою лекційного та практичного занять а також самостійною роботою здобувача освіти (умінь самостійно опрацьовувати навчальний матеріал), здатність осмислити зміст вивчаємої теми, умінь публічно чи письмово представити певний

ФОРМИ КОНТРОЛЮ

1. Виконання та захист практичних робіт
 2. Виконання та захист самостійної роботи.
 3. Підготовка та робота на семінарських заняттях.
 4. Виконання та захист ІНДЗ.
 5. Оцінювання модульного контролю.
 6. Підсумковий контроль (залік).
- тощо

матеріал, а також завдань самостійної роботи; 2. Модульний контроль проводиться на останньому занятті модуля, протягом двох академічних годин. До модульного контролю допускаються лише ті здобувачі освіти, які виконали у повному обсязі всі види навчальних робіт (реферати, самостійні роботи тощо), передбачені робочою навчальною програмою та силабусом. Здобувач освіти вважається таким, що приступив до проходження модульного контролю, якщо він допущений до модульного контролю, з'явився на контрольний захід та отримав кваліфікаційні завдання. 3. Підсумковий — здійснюється у формі письмової комплексної контрольної роботи, яка охоплює весь матеріал тем модуля. Кожному здобувачу освіти видається варіант контрольних завдань.	
---	--

Розподіл рейтингових балів за видами контролю

Назва виду контролю	Максимальна кількість балів за одиницю	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів за вид роботи
Відвідування лекцій	2	5	10
Підготовка та робота на практичному занятті	4	10	40
Виконання завдань для самостійної роботи	5	10	50
Усього протягом семестру:			100

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Психологія здоров'я: Підручник. 2-ге видання. – Київ: МЕДДПРИНТ. – 2022, 660 с.
2. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана. – Луцьк: РВВ — Вежа|| Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. – 430 с.
3. Психологія здоров'я людини: навч.-метод. посібник / І. В. Толкунова, О. Р. Гринь, І. І. Смоляр, М. О. Мосьпан, Г. В. Жукова, Т. М. Булгакова, С. О. Подофей. - Київ: НУФВСУ, 2021. - 243 с.
4. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С.Д. Максименко, Я.В. Руденко, А.М. Кушнерьова, В.М. Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 438 с
5. Павлік Н. Структура й критерії психологічного здоров'я особистості. Психологія і особистість, 2022, (1), 34–59
6. Профілактика та корекція посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти/ Романовська Д.Д. /Навчальний посібник. - Чернівці : Технодрук, 2014. - 133 с

До списку літератури для обов'язкового вивчення доцільно залучати найменування 3-5 основних підручників або навчальних посібників, які, на думку викладача, максимально повно відображають зміст навчальної дисципліни.

Бажаємо, щоб джерела для обов'язкового вивчення відповідали таким вимогам: зміст повинен відповідати навчальній, робочій навчальній програмі; сучасним вимогам науки й навчальної дисципліни; література не повинна бути застарілою та ін.

Максимальна кількість найменувань основної літератури не повинна перевищувати п'ять джерел. Нумерація літератури наскрізна.

Допоміжна

1. Гоулман Д., Девідсон Р., Нове "Я". Вплив медитації на свідомість, тіло й мозок / Деніел Гоулман, Річард Девідсон. – Київ. - Вид-во.: Наш Формат, 2018. – 264 с.
2. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л.Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
3. Прокопенко А. В. Психогігієна : навчальний посібник / А. В. Прокопенко. – Острог :

Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2014. – 230 с

4. Основи загальної і медичної психології, психічного здоров'я та міжособового спілкування|І.Я. Губенко, О.С.Капнацька, О.Т. Шевченко – Медицина, 2013. – 296 с

У список допоміжної літератури рекомендовано вносити оптимальну кількість джерел (не більше 5). До списку залучаються нормативні матеріали, словники, довідники, монографії, збірники статей та ін. Допоміжна література відокремлюється від базової л заголовком. Нумерація літератури наскрізна. Список охоплює видання, що містять додатковий матеріал до основних розділів дисципліни, необхідний для поглибленого вивчення й наукових досліджень.

МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ/МОДУЛЯ	
Посилання на електронний курс в системі Moodle,	Необхідне обладнання