

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Приволжский исследовательский медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«Психология здоровья»

Специальность: 37.05.01 Клиническая психология

Кафедра: общей и клинической психологии

Форма обучения: очная

1. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Настоящий Фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине «Психология здоровья» является неотъемлемым приложением к рабочей программе дисциплины «Психология здоровья». На данный ФОС распространяются все реквизиты утверждения, представленные в РПД по данной дисциплине.

2. Перечень оценочных средств

Для определения качества освоения обучающимися учебного материала по дисциплине используются следующие оценочные средства:

№ п/п	Оценочное средство	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося	Задания теста
2	Контрольные вопросы	Оценочное средство репродуктивного характера, направленное на проверку понимания понятийного аппарата учебной дисциплины, воспроизведение фактического материала, обобщение и систематизацию знаний	Список вопросов
3	Кейс-задание	Проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения проблемы	Примеры кейс-заданий
4	Реферат	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее	Темы рефератов

3. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы и видов оценочных средств

Код и формулировка компетенции	Этап формирования компетенции	Контролируемые разделы дисциплины	Оценочные средства
ОПК-8. Способен разрабатывать и реализовывать программы обучения основам клинической психологии и психологии здоровья, в том числе здоровьесберегающим технологиям в соответствии с образовательными потребностями представителей различных групп населения (групп риска, уязвимых категорий)	Текущий	Темы 1-4	Кейс-задания, тест, рефераты, доклады
	Промежуточная аттестация	Темы 1-4	Тест, контрольные вопросы
ОПК-9. Способен осуществлять психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения уровня их психологической грамотности и культуры, формирования научно-обоснованных знаний и представлений о роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых проблем и задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	Текущий	Темы 1-4	Кейс-задания, тест, рефераты, доклады
	Промежуточная аттестация	Темы 1-4	Тест, контрольные вопросы

ПК-6. Способен и готов к применению на практике методов патопсихологической и нейропсихологической диагностики состояния психического здоровья и адаптационных возможностей больных для реализации задач психопрофилактики	Текущий	Темы 1-4	Кейс-задания, тест, рефераты, доклады
	Промежуточная аттестация	Темы 1-4	Тест, контрольные вопросы
ПК-12. Способен и готов к разработке и реализации программ повышения психологической защищенности и предупреждения психологического неблагополучия населения, связанных с применением современных методов оценки и оптимизации качества жизни больных с психическими расстройствами, а также членов их социальных сетей	Текущий	Темы 1-4	Кейс-задания, тест, рефераты, доклады
	Промежуточная аттестация	Темы 1-4	Тест, контрольные вопросы

4. Содержание оценочных средств текущего контроля

Текущий контроль по дисциплине осуществляется при проведении: кейс-заданий, тестов, рефератов.

4.1. Задания текущего контроля для оценки компетенций

4.1.1. Задания для оценки компетенции **ОПК-8**

Все оценочные средства, относящиеся к этой компетенции. Пример:

Кейс-задания:

1. Условие задачи: Молодая женщина в возрасте 24 лет. Замужем. Страдает бронхиальной астмой с дошкольного возраста. Воспитание проходила в полной семье с гиперпротекцией. Из анамнеза известно, что, начиная с дошкольного возраста, данная больная всегда могла добиться от взрослых исполнения своих желаний, т.к. в случаях малейших отказов у нее возникали приступы бронхиальной астмы.

Вопрос 1: Назовите механизм формирования бронхиальной астмы у данной больной

Эталон ответа: Механизм формирования бронхиальной астмы у данной больной является истероподобным. Данная пациентка с раннего возраста манипулирует посредством своей болезни; у нее имеется тенденция перекладывания ответственности за себя и свою жизнь на других.

Вопрос 2: как подобное поведение отражается на жизни данной пациентки и ее близких?

Эталон ответа: Такое поведение мешает социально-профессиональной адаптации личности и налаживанию нормальных отношений с окружающими.

Рефераты по темам:

1. Валеология (наука о индивидуальном здоровье человека).
2. Санология (наука об общественном здоровье).
3. Саногенное мышление.
4. Валеология как учебная дисциплина и как наука.
5. Взаимодействие валеологии с другими науками.
6. Понятие «здоровье», характеристики здоровья.
7. Здоровье общее и специфическое.
8. Определение уровня здоровья.
9. Факторы, влияющие на здоровье.

Темы докладов:

1. Образ жизни, понятие, основные мотивы формирования здорового образа жизни.
2. Нравственное и психическое здоровье: способы сохранения и укрепления.
3. Духовность и нравственность человека.
4. Духовное здоровье и нездоровье.

5. Личная ответственность человека и факторы заболевания.
6. Нравственное здоровье и нездоровье: факторы их обуславливающие.
7. Сущность стресса, его влияние на здоровье человека.
8. Признаки психологического здоровья.
9. Пути оптимизации психического здоровья.
10. Общие принципы борьбы со стрессом.
11. Способы быстрого снятия стресса

Тестовые задания:

1. Цель психологии здоровья:
 - а) сохранение, укрепление и развитие духовной, психической, социальной и соматической составляющих здоровья;
 - б) развитие личностного потенциала;
 - в) поощрение всех здоровых людей;
 - г) терапия психосоматических заболеваний
2. Кому прежде всего необходимы навыки заботы о здоровье, знания о культуре питания, бытовой гигиены, здоровья детей?
 - а) будущим матерям;
 - б) пенсионерам;
 - в) детям;
 - г) никому из перечисленных
3. Здоровье основной массы населения имело отчетливую тенденцию к ухудшению:
 - а) с 1990-1992 гг
 - б) в 1941 г
 - в) с 1900-х гг
 - г) с 70-х гг

4.1.2. Задания для оценки компетенции **ОПК-9**

Все оценочные средства, относящиеся к этой компетенции. Пример:

Кейс-задания:

1. Условие задачи: Мужчина в возрасте 28 лет, банковский служащий, никогда не был женат, был единственным ребенком в семье, воспитывался только матерью и бабушкой. Был достаточно избалован ими и имел к ним чрезмерную привязанность. Когда больному было 15 лет, умерла бабушка. Данную ситуацию перенес крайне тяжело, ощущал чувство одиночества. На этом фоне возник первый криз в виде сосудистого приступа. Необходимо отметить, что бабушка страдала ишемической болезнью сердца. С этого периода стал тщательно следить за своим здоровьем, особенно за работой сердца. Также требовал от матери, чтобы она постоянно обследовалась. Несмотря на молодой возраст и необходимость работать сверхурочно, избегал любых физических нагрузок, отказывался от сверхурочной работы. Также избегал сексуальных контактов, т.к. ощущал «у него учащается сердцебиение», что по его мнению может привести к развитию инфаркта миокарда

Вопрос 1: Назовите диагноз

Эталон ответа: у мужчины развился кардиофобический невроз под влиянием тяжелой ситуации - потеря бабушки, к которой пациент испытывал сильную привязанность

Вопрос 2: Дайте психотерапевтические рекомендации

Эталон ответа: Ежедневные приемы психотерапевта/психолога. Показана групповая психотерапия, интегративная индивидуальная психотерапия.

Рефераты по темам:

1. Психология в медицине.
2. Здоровый образ жизни
3. Факторы, влияющие на здоровье.
4. Базовые составляющие элементы ЗОЖ.

5. Психология здоровья и здоровьесберегающие технологии
6. Биологические принципы ЗОЖ.
7. Социальные принципы ЗОЖ.
8. Факторы, определяющие образ жизни человека.
9. Принципы здорового образа жизни (по Н.М. Амосову).
10. Проблема отношения к здоровью в психологии.
11. Структура (компоненты) отношения к здоровью
12. Понятие физического здоровья (базовые, индивидуальные свойства).
13. Понятие психического здоровья в психологии.
14. Понятие психологического здоровья в психологии.

Темы докладов:

1. Влияние спорта на здоровье человека. Показания к занятию спортом
2. Питание и здоровье. Энергетическая и пищевая ценность рациона человека.
3. Значение белков, жиров, углеводов и формирование здоровья.
4. Роль воды, витаминов и минеральных веществ в жизни человека.
5. Требования и правила питания. Влияние ожирения на здоровье.
6. Физическая культура и здоровье. Показатели хорошей физической формы. Выбор индивидуальной программы физической нагрузки.
7. Физические нагрузки и их влияние на организм.
8. Сбалансированное питание, сущность, принципы.
9. Характеристики диет. Понятие «лечебная диета», диета в профилактических целях, голодная диета. Диета как необходимость и мода.
10. Закаливание как фактор укрепления здоровья. Реакция организма на охлаждение.
11. Виды закаливающих процедур. Показания и противопоказания.

Тестовые задания:

1. Необходимыми условиями профессионального здоровья специалистов являются, за исключением
 - а) высокая потребность в принятии
 - б) зрелость механизмов психологической защиты
 - в) высокий уровень саморегуляции, потребность в самоактуализации
 - г) адаптивность копинг-стратегий
2. Самостоятельное научное направление, основной целью которого является формирование особых психических состояний, способствующих наиболее оптимальному использованию физических и психологических возможностей человека
 - а) психология саморегуляции
 - б) психология деятельности
 - в) валеология
 - г) психопрофилактика
3. Самостоятельное научное направление, основной целью которого является формирование особых психических состояний, способствующих наиболее оптимальному использованию физических и психологических возможностей человека
 - а) психология саморегуляции
 - б) психология деятельности
 - в) валеология
 - г) психопрофилактика
4. Чем выше данный показатель, тем большим здоровьем обладает человек:
 - а) МПК
 - б) ОНК
 - в) БИС
 - г) ПТСР
5. Эффективность работы иммунной системы оценивается:

- а) по количеству случаев простудных заболеваний
- б) отсутствие заболеваний
- в) по количеству диагнозов
- г) по ЧСС

6. Тест на уровень выносливости заключается:

- а) в преодолении дистанции в 2 км
- б) выполнении 100 приседаний
- в) в поднятии веса 5 кг
- г) в выполнении 30 отжиманий

4.1.3. Задания для оценки компетенции ПК-6

Все оценочные средства, относящиеся к этой компетенции. Пример:

Кейс-задания:

1. Условие задачи: Больной Б.54 лет, страдает atopической бронхиальной астмой. Медикаментозная терапия проводится в полном объеме. Несмотря на это приступы повторяются, их количество увеличивается.

Вопрос 1: Какой механизм может в этом участвовать

Эталон ответа: условно-рефлекторный

2. Условие задачи: Больная И. 39 лет, обратилась к врачу с жалобами на боли в области сердца. С трудом может подобрать слова для описания боли: «Что-то расширяет, давит, жжет». Жалуется на плохой сон, тяжесть при пробуждении, усталость. Во второй половине дня чувствует себя несколько легче. Все окружающее представляется в мрачном свете, пессимистически оценивает прошлое и настоящее

Вопрос 1: Какой диагноз можете предположить

Эталон ответа: Маскированная депрессия

Рефераты по темам:

1. Адаптационная модель здоровья.
2. Саморегуляция
3. Психогимнастика
4. Психология сна.
5. Психология питания.
6. Влияние цвета на здоровье.
7. Принципы и требования к составлению программ коррекции /сопровождения здоровья

Темы докладов:

1. Психическое равновесие.
2. Комплексный подход к оценке психического здоровья в отечественной психологии.
3. Комплексный подход к оценке психического здоровья в зарубежной психологии.
4. Самоуправление и психическое здоровье.
5. Сознательный и целенаправленный характер процессов психического самоуправления.
6. Методы и методики диагностики базового уровня (физического) здоровья.
7. Методы и методики диагностики психического здоровья.
8. Методы и методики диагностики психологического здоровья.

Тестовые задания:

1. Важный регулятор поведения, влияет на развитие личности и на эффективность деятельности.
 - а) самооценка

- б) аффилиация
- в) отсутствие фрустраций
- г) конформность

2. Компонент социального здоровья:

- а) нравственность индивида
- б) способность к выдерживать физические нагрузки
- в) умение фантазировать
- г) нет верного ответа

3. Самостоятельное научное направление, основной целью которого является формирование особых психических состояний, способствующих наиболее оптимальному использованию физических и психологических возможностей человека

- а) психология саморегуляции
- б) психология деятельности
- в) валеология
- г) психопрофилактика

4.1.5. Задания для оценки компетенции **ПК-12**

Все оценочные средства, относящиеся к этой компетенции. Пример:

Кейс-задания:

1. Условие задачи: Пациентка Е-ва Г.П., 48 лет. Основная жалоба на головную боль, из-за чего пациентка старается лечь в темной тихой комнате и при этом принимает до 3-5 таблеток в день различных анальгетиков. Также выяснено, что больная плохо засыпает (в голове крутятся различные мысли), просыпается с чувством, что плохо отдохнула, с трудом заставляет себя что-либо делать, чувствует себя больной, уставшей, часто плачет. Из-за болезни уволилась с работы, сидит дома. Вышеописанная симптоматика – в течение 3-х лет. Неоднократно обследовалась и лечилась у невролога амбулаторно и в стационарах города. По результатам ЭЭГ, ЭхоЭГ, доплероскопии сосудов головы и шеи, КТ головного мозга (делала трижды) и МРТ головного мозга (делала дважды) – данных за органическую патологию мозга не выявлено. Лечение ноотропами, препаратами для улучшения мозгового кровообращения (кавинтон, циннаризин и т.п.) давали незначительный эффект. Года 3 назад у пациентки был заподозрен cancer uteri, оперативное лечение проводилось в КОД. Однако на операции и по результатам гистологического исследования диагноз: cancer uteri не подтвердился. Была проведена надвлагалищная ампутация матки по поводу миомы, яичники оставлены. Послеоперационный период протекал удовлетворительно. Спустя 2–3 месяца после операции женился сын и с женой стал жить вместе с пациенткой, ее мужем и другим сыном. Объективно: Общее состояние удовлетворительно. Нормостеник. Тест депрессии Бека – 25 баллов.

Вопрос 1: Какое пограничное психическое расстройство у данной пациентки.

Эталон ответа: у больной, учитывая хронические головные боли, стресс угрозы онкологического заболевания, имеет место тревожно-депрессивное расстройство средней степени тяжести.

Вопрос 2: о чем говорит результат теста Бека

Эталон ответа: По тесту Бека определяют уровень депрессивных расстройств, 25 баллов – это умеренная депрессия.

Вопрос 3: По тесту Бека определяют уровень депрессивных расстройств, 25 баллов – это умеренная депрессия.

Эталон ответа: Пациентке желательно провести курс когнитивной поведенческой психотерапии, включая посещение Школы здоровья по борьбе со стрессом, назначить медикаментозную терапию.

Рефераты по темам:

- 1. Рефлексология.
- 2. Рефлексотерапия.

3. Психология долголетия
4. Цели и задачи здоровьесберегающих программ и технологий.
5. Профилактика эмоционального выгорания педагогов и психологов.
6. Культура здоровья и адаптация к стрессу: как научиться жить без тревог.
7. Секреты долгой и здоровой жизни.
8. Роль СМИ и Интернета в пропаганде культуры здоровья.

Темы докладов:

1. Алкоголизм как результат вредной привычки. Последствия для здоровья человека.
2. Стадии хронического алкоголизма. Профилактика алкоголизма.
3. Курение как вредная привычка. Последствия для здоровья человека.
4. Наркотики и наркомания как социальная проблема. Сущность и последствия.
5. Механизм формирования наркотической зависимости.
6. Планирование семьи, сущность. Принцип осуществления.
7. Определение сексуальности. Сексуальность и репродукция. Половая конституция.
8. Понятие и характеристики ответственного сексуального поведения.
9. Аборт, физический и нравственный аспекты. Осложнения и последствия.
10. Вакцинация, правила, виды. Значения вакцинации для здоровья человека.
11. Личная гигиена и здоровья. Основные правила ухода за телом, волосами, полостью рта. Гигиена одежды и обуви.
12. Факторы антинаркотического воспитания.
13. Профилактика венерических заболеваний.

Тестовые задания:

1. Установлена взаимосвязь между уровнем выносливости и:
 - а) устойчивостью к заболеваниям
 - б) мозговой деятельностью
 - в) формированием акцентуации
 - г) все верно
2. Не является аспектом психологической устойчивости:
 - а) подвижность нервной системы
 - б) уравновешенность, соразмерность
 - в) сопротивляемость (резистентность)
 - г) стойкость, стабильность
3. Что позволяет личности противостоять жизненным трудностям, неблагоприятному давлению обстоятельств, сохранять здоровье и работоспособность в различных испытаниях:
 - а) психологическая устойчивость
 - б) сензитивность
 - в) ригидность
 - г) конформность

5. Содержание оценочных средств промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по данной дисциплине проводится в виде экзамена.

Итоговый контроль по дисциплине осуществляется в форме: ответов на контрольные вопросы и тестовых заданий.

5.1. Перечень контрольных заданий и иных материалов, необходимых для оценки знаний, умений и опыта деятельности

5.1.1. Вопросы к экзамену (контрольные вопросы) по дисциплине

№ п/п	Вопрос	Код компетенции (согласно РПД)
1	Предмет и задачи психологии здоровья как науки	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
2	Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
3	Здоровье как социальный феномен	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
4	Теоретическое и практическое значение психологии здоровья для общества	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
5	Практическое приложение психологии здоровья для профессиональной деятельности клинического психолога	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
6	История становления и современное состояние психологии здоровья как отрасли психологической науки	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
7	Понятие и концепции болезни	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
8	Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
9	Понятие и виды здоровья	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
10	Факторы здоровья	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
11	Характеристика здоровья с позиций системного подхода	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
12	Физическое и психическое здоровье	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
13	Критерии психического здоровья	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
14	Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
15	Психологическая устойчивость личности	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
16	Социальное здоровье	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
17	Духовное здоровье и культура	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
18	Проблема здоровья в гендерном аспекте	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
19	Понятие и характеристика здорового образа жизни	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
20	Отношение к здоровью и болезни	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12

5.1.2. Тестовые вопросы к экзамену по дисциплине

№ п/п	Вопрос	Код компетенции (согласно РПД)
1	Цель психологии здоровья: а) сохранение, укрепление и развитие б) духовной, психической, социальной и соматической составляющих здоровья; в) развитие личностного потенциала; г) поощрение всех здоровых людей	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
2	Кому прежде всего необходимы навыки заботы о здоровье, знания о культуре питания, бытовой гигиены, здоровья детей? а) будущим матерям; б) пенсионерам; в) детям; г) никому из перечисленных	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
3	Здоровье основной массы населения имело отчетливую тенденцию к ухудшению: а) с 1990-1992гг б) в 1941 г в) с 1900-х гг г) с 70-х гг	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
4	«...человека нельзя считать психически здоровым, если он не способен посмеяться над самим собой...». Кому принадлежит это высказывание? а) Г. Олпорт	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12

	б) А.С. Макаренко в) Л.С. Выготский г) К.Г. Юнг	
5	Проявления нарушения профессионального здоровья, кроме а) изменения во внешности б) изменения в чувствах в) изменения в мышлении г) изменения в поведении	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
6	Необходимыми условиями профессионального здоровья специалистов являются, за исключением д) высокая потребность в принятии е) зрелость механизмов психологической защиты ж) высокий уровень саморегуляции, потребность в самоактуализации з) адаптивность копинг-стратегий	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
7	Состояние организма, определяющее способность человека контактировать с социумом: а) социальное здоровье б) здоровье в) физическое здоровье г) биологическое здоровье	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
8	Тест на уровень выносливости заключается: а) в преодолении дистанции в 2 км б) выполнении 100 приседаний в) в поднятии веса 5 кг г) в выполнении 30 отжиманий	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
9	Эффективность работы иммунной системы оценивается: а) по количеству случаев простудных заболеваний б) отсутствие заболеваний в) по количеству диагнозов г) по ЧСС	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
10	Чем выше данный показатель, тем большим здоровьем обладает человек: а) МПК б) ОНК в) БИС г) ПТСР	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
11	Важный регулятор поведения, влияет на развитие личности и на эффективность деятельности. а) самооценка б) аффилиация в) отсутствие фрустраций г) конформность	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
12	Компонент социального здоровья: а) нравственность индивида б) способность к выдерживать физические нагрузки в) умение фантазировать г) нет верного ответа	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
13	Самостоятельное научное направление, основной целью которого является формирование особых психических состояний, способствующих наиболее оптимальному использованию физических и психологических возможностей человека	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12

	а) психология саморегуляции б) психология деятельности в) валеология г) психопрофилактика	
14	Результат социализации – это, за исключением: а) присвоение чуждых установок, взглядов б) становление самосознания и активной жизненной позиции личности в) развитие контактов индивида с другими людьми и совместной с ними деятельности г) социализированность	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
15	состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы: а) состояние выгорания б) состояние фрустрации в) психическое состояние г) дезадаптация	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
16	Группы риска появления состояния выгорания и профессионально-личностных деформаций, за исключением: а) инженеры б) педагоги в) соц. работники г) врачи	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
17	В способы профилактики неблагоприятных состояний не входит: а) психокоррекция б) правильная организация режима питания в) включение специальных продуктов в меню г) сбалансированный дневной рацион, правильная организация режима питания, включение специальных продуктов в меню	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
18	Метод "лечебного чтения", предложен а) В.М. Бехтеревым б) З. Фрейдом в) К. Хорни г) И.М. Сеченов	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
19	Лучшее лекарство от тщеславия, как говорил Бергсон, это... а) смех б) сон в) здоровая пища г) альтруизм	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
20	Способы оптимизации функционального состояния, кроме: а) психоанализ б) организация режима питания, в) функциональная музыка и светомузыкальные воздействия г) рефлексологический метод	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
21	Установлена взаимосвязь между уровнем выносливости и: а) устойчивостью к заболеваниям б) мозговой деятельностью в) формированием акцентуации	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12

	г) все верно	
22	Специально подобранные музыкальные программы являются эффективным средством для борьбы с: а) все ответы верны б) начальными стадиями утомления в) предотвращения нервно-эмоциональных срывов г) монотонией	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
23	Не является аспектом психологической устойчивости: а) подвижность нервной системы б) уравновешенность, соразмерность в) сопротивляемость (резистентность) г) стойкость, стабильность	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
24	Состояния риска снижения психологической устойчивости, за исключением: а) нарушение режима труда и отдыха б) состояния стресса в) состояние фрустрации г) субдепрессивные состояния	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
25	Что позволяет личности противостоять жизненным трудностям, неблагоприятному давлению обстоятельств, сохранять здоровье и работоспособность в различных испытаниях: а) психологическая устойчивость б) сензитивность в) ригидность г) конформность	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
26	генетически закодированные сложные внутренние процессы, лежащие в основе роста, развития, жизнедеятельности и защитных функций организма как человека, так и животных, растений – это: а) биологическая саморегуляция б) иммунитет в) здоровье г) самосохранение	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
27	Работа сердца не может измениться от: а) красного сигнала светофора б) от воспринятого образа в) запаха г) резкого стука	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
28	Целенаправленное психологическое воздействие на личность с целью вызвать через органы чувств изменение биологической саморегуляции в желаемом направлении: а) внушение б) психотерапия в) приказ г) давление	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12
29	Воздействие человека на самого себя с помощью слов и соответствующих мысленных образов: а) психическая саморегуляция б) приказ в) нет верного ответа г) психотерапия	ОПК-8, ОПК-9, ПК-12

30	Снижение психической силы, сужение объема психической жизни, экономное использование имеющихся ресурсов наблюдается при: а) старении б) взрослении в) у пациентов психосоматического профиля г) в детском возрасте	ОПК-8, ОПК-9, ПК-6, ПК-12
----	--	------------------------------

Ответы на задания теста:

№ тестового задания	№ эталона ответа	№ тестового задания	№ эталона ответа	№ тестового задания	№ эталона ответа
1	а	11	а	21	а
2	а	12	а	22	а
3	а	13	а	23	а
4	а	14	а	24	а
5	а	15	а	25	а
6	а	16	а	26	а
7	а	17	а	27	а
8	а	18	а	28	а
9	а	19	а	29	а
10	а	20	а	30	а

6. Критерии оценивания результатов обучения по дисциплине

Оценивание результатов обучения по дисциплине формируется из оценки за тест промежуточного контроля (достаточный критерий – оценка «удовлетворительно» или выше) и оценки за ответ на выборочные контрольные вопросы (достаточный критерий – оценка «удовлетворительно» или выше)

6.1. Критерии оценивания для промежуточной аттестации по дисциплине

6.1.1. Критерии оценивания результатов теста промежуточного контроля:

- оценка «5» баллов («отлично») – 90-100% ответов на вопросы теста даны верно;
- оценка «4» балла («хорошо») – 80-89% ответов на вопросы теста даны верно;
- оценка «3» балла («удовлетворительно») – 70-79% ответов на вопросы теста даны верно;
- оценка «2» балла («неудовлетворительно») – менее 70% ответов на вопросы теста даны верно.

6.1.2. Шкалы оценивания результатов обучения при проведении аттестации по дисциплине (экзамен)

Индикаторы компетенции	Оценки сформированности компетенций			
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
Полнота знаний	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок
Наличие умений	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения.	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками.	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном	Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущими

	Имели место грубые ошибки	Выполнены все задания, но не в полном объеме.	объеме, но некоторые с недочетами	ществленными недочетами, выполнены все задания в полном объеме
Наличие навыков (владение опытом)	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов
Характеристика сформированности компетенции	Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения профессиональных задач. Требуется повторное обучение	Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в целом достаточно для решения профессиональных задач, но требуется дополнительная практика по большинству практических задач	Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям, но есть недочеты. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения профессиональных задач, но требуется дополнительная практика по некоторым профессиональным задачам	Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для решения сложных профессиональных задач
Уровень сформированности компетенций	Низкий	Ниже среднего	Средний	Высокий

Разработчик:

Катунова Валерия Валерьевна, канд. психол. наук, доцент, доцент кафедры общей и клинической психологии ФГБОУ ВО «ПИМУ» Минздрава России.

15.01.2024 г.