

Министерство просвещения РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Глазовский государственный инженерно-педагогический университет
имени В.Г. Короленко»

Утверждена
на заседании ученого совета университета

«21» апреля 2025 г. протокол № 9
Приказ № 45 от 21 апреля 2025 г.

Ректор Я.А. Чиговская-Назарова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПОДГОТОВКИ К ГИА

Уровень основной профессиональной образовательной программы	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль)	Психология и социальная педагогика
Форма обучения	Очная
Семестр(ы)	8

Глазов 2025

1.1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель: обеспечить в ходе изучения дисциплины «Психологическое сопровождение подготовки к ГИА» выполнение индикаторов достижения компетенций: УК-7: способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; ПК-1: способность планировать, организовывать и участвовать в диагностических мероприятиях и консультации при осуществлении социально-психологической и социально-педагогической поддержки обучающихся, в том числе одаренных детей и детей с ОВЗ, в процессе социализации.

Задачи: в ходе освоения дисциплины «Психологическое сопровождение подготовки к ГИА» обеспечить у обучающихся:

1. Владение технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.
2. Владение методами диагностики обучающихся группы риска и технологии консультационно-профилактической работы с ними и с семьями группы риска.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными индикаторами достижения компетенций

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	ИУК 7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья

Код компетенции	ПК-1
Формулировка компетенции	Способен планировать, организовывать и участвовать в диагностических мероприятиях и консультации при осуществлении социально-психологической и социально-педагогической поддержки обучающихся, в том числе одаренных детей и детей с ОВЗ, в процессе социализации
Индикатор достижения компетенции	ИПК 1.6 Демонстрирует методы диагностики обучающихся группы риска и технологии консультационно-профилактической работы с ними и с семьями группы риска

1.3. Воспитательная работа

Направление воспитательной работы	Типы задач	Формы работы
духовно-нравственное воспитание	сопровождение	проведение тренинга на тему «Справляемся со стрессом» с обучающимися 9-11 классов школ города

1.4. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина "Психологическое сопровождение подготовки к ГИА" относится к части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений. Модуль 10. Дисциплины по выбору ДВ.01

Данная дисциплина совместно со следующими дисциплинами и практиками, формирует компетенции:

УК-7: Возрастная анатомия, физиология и гигиена, Безопасность жизнедеятельности, Производственная практика - 4(П). Педагогическая практика;

ПК-1: Нормативно-правовые основы деятельности социального педагога, Психолого-педагогический практикум, Психология стресса в образовании, Производственная практика - 2(П). Педагогическая практика.

1.5. Особенности реализации дисциплины

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Объем дисциплины

Вид учебной работы по семестрам	Всего, зачетных единиц	Академ. часы	Из них в форме практической подготовки
Общая трудоемкость дисциплины	2	72	
СЕМЕСТР 8			
Контактная работа с преподавателем:			
Аудиторные занятия (всего)		36	
Занятия лекционного типа		10	
Лабораторные работы		-	
Занятия семинарского типа		-	
Практические занятия		18	
КСР		8	
Самостоятельная работа обучающихся		36	
Вид промежуточной аттестации: Зачет		0	

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

№ п/п	Разделы и темы дисциплины Семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)						
		всего	ауд	лекц	пр.	лаб	КСР	СРС
СЕМЕСТР 8								
1	Тема 1. Общие и современные методологические подходы и теории стресса, объясняющие закономерности формирования физической подготовленности; грамотного распределения учебной нагрузки	22	14	6			8	8

2	Тема 2. Индивидуальное и групповое консультирование как одно из приоритетных направлений психолого-педагогического сопровождения.	16	8	4	4			8
3	Тема 3. Методы диагностики обучающихся группы риска и коррекционно-развивающая работа педагога-психолога в системе психологического сопровождения обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ.	6	4		4			2
4	Тема 4. Психопрофилактическая работа педагога-психолога в системе психологического сопровождения обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ	10	4		4			6
5	Тема 5. Психопросвещение в системе психологического сопровождения обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ.	8	2		2			6
6	Тема 6. Оказание помощи обучающимся в выборе учебных предметов для сдачи ОГЭ и ЕГЭ	10	4		4			6
Вид промежуточной аттестации (зачёт)		0						
Всего – по семестр(ам)		72	36	10	18		8	36
Итого – по дисциплине		72	36	10	18		8	36

3.2. Занятия лекционного типа

СЕМЕСТР 8

Лекция 1.

Тема: Общие и современные методологические подходы и теории стресса, объясняющие закономерности формирования физической подготовленности; грамотного распределения учебной нагрузки

Краткая аннотация к лекции.

Стрессология как научная дисциплина. Научный аппарат стрессологии. Физиологические (адаптационные) теории стресса.

Лекция 2.

Тема: Общие и современные методологические подходы и теории стресса, объясняющие закономерности формирования физической подготовленности; грамотного распределения учебной нагрузки

Краткая аннотация к лекции.

Психологические теории стресса. Закономерности формирования физической подготовленности. Детерминанты физической подготовленности. Технологии грамотного распределения учебной нагрузки.

Лекция 3.

Тема: Общие и современные методологические подходы и теории стресса, объясняющие закономерности формирования физической подготовленности; грамотного распределения учебной нагрузки

Краткая аннотация к лекции.

Понятие психического напряжения. Концепции и подходы к проблеме психического напряжения. Психологические и эмоциональные теории стресса.

Лекция 4.

Тема: Индивидуальное и групповое консультирование как одно из приоритетных направлений психолого-педагогического сопровождения

Краткая аннотация к лекции.

Изучение понятия «консультирование» как вида психологической помощи. Индивидуальное консультирование как технология оказания психологической помощи. Групповое консультирование как технология оказания психологической помощи.

Лекция 5.

Тема: Индивидуальное и групповое консультирование как одно из приоритетных направлений психолого-педагогического сопровождения

Краткая аннотация к лекции.

Направления индивидуального и группового консультирования. Рассмотрение специфики консультирования в индивидуальной форме и при работе с группой. Рассмотрение специфики консультирования в групповой форме. Технологии психологического консультирования. Приёмы психологического консультирования. Критерии эффективности проведения психологического консультирования.

3.3. Занятия семинарского типа

Учебным планом не предусмотрены

3.4. Практические занятия

СЕМЕСТР 8

Практическое занятие 1.

Тема: Индивидуальное и групповое консультирование как одно из приоритетных направлений психолого-педагогического сопровождения

Перечень заданий: подготовить словарь терминов (не менее 20) по темам:

1. Психологическая подготовка к ОГЭ и ЕГЭ;
2. Формирование у обучающихся и их родителей, у педагогических работников и руководителей знаний о проблемах, возникающих у обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ, и желания преодолевать трудности обучения;
3. Создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения обучающихся на каждом возрастном этапе;
4. Своевременное предупреждение в возможных нарушениях в становлении личности и развитии интеллекта.

Практическое занятие 2.

Тема: Индивидуальное и групповое консультирование как одно из приоритетных направлений психолого-педагогического сопровождения

Перечень заданий: подготовить тест (не менее 20 вопросов) по темам:

1. Психологическая подготовка к ОГЭ и ЕГЭ;
2. Формирование у обучающихся и их родителей, у педагогических работников и руководителей знаний о проблемах, возникающих у обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ, и желания преодолевать трудности обучения;
3. Создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения обучающихся на каждом возрастном этапе;
4. Своевременное предупреждение в возможных нарушениях в становлении личности и развитии интеллекта.

Практическое занятие 3.

Тема: Методы диагностики обучающихся группы риска и коррекционно-развивающая работа педагога-психолога в системе психологического сопровождения обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ

Перечень заданий: подготовить презентацию по темам:

1. Основные направления коррекционно-развивающей работы психолога;
2. Развитие познавательной сферы учащихся: мышления, внимания, памяти, воображения и формирования адекватной самооценки,
3. Снятие тревожности;
4. Развитие произвольности, навыков самоорганизации и самоконтроля.

Практическое занятие 4.

Тема: Методы диагностики обучающихся группы риска и коррекционно-развивающая работа педагога-психолога в системе психологического сопровождения обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ

Перечень заданий: подготовить викторину по темам:

1. Основные направления коррекционно-развивающей работы психолога;
2. Развитие познавательной сферы учащихся: мышления, внимания, памяти, воображения и формирования адекватной самооценки,
3. Снятие тревожности;
4. Развитие произвольности, навыков самоорганизации и самоконтроля.

Практическое занятие 5.

Тема: Психопрофилактическая работа педагога-психолога в системе психологического сопровождения обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ

Перечень заданий: подготовить блок-схемы по теме:

1. Задача психопрофилактической работы по психологической подготовке к ОГЭ и ЕГЭ;
2. Предупреждение трудностей в интеллектуальном и личностном развитии,
3. Управление психическим состоянием
4. Организации коррекционных мероприятий в школе по профилактике экзаменационных стрессов.

Практическое занятие 6.

Тема: Психопрофилактическая работа педагога-психолога в системе психологического сопровождения обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ

Перечень заданий: подготовить презентацию по темам:

1. Направления психопрофилактической работы: обучение методам психосаморегуляции;
2. Выработка навыков мобилизации в стрессовых ситуациях;
3. Формирование уверенности в своих возможностях;
4. Развитие творческого потенциала.●.

Практическое занятие 7.

Тема: Психопросвещение в системе психологического сопровождения обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ

Перечень заданий: подготовить презентацию по темам:

1. Задачи психологического просвещения в рамках психологической подготовки к ОГЭ и ЕГЭ: информирование обучающихся и их родителей о процедуре проведения ОГЭ и ЕГЭ;
2. Развитие у обучающихся знаний о своих психологических особенностях и умений эффективно организовывать свою учебную деятельность в соответствии с этими особенностями;

3. создание условий для получения необходимых психолого-педагогических знаний и навыков, которые помогут педагогам выстроить работу с обучающимися, имеющими трудности в обучении; ознакомление родителей с проблемами детей и рекомендациями с формами детско-родительского общения, подходящими на данном этапе развития ребенка.

Практическое занятие 8.

Тема: Оказание помощи обучающимся в выборе учебных предметов для сдачи ОГЭ и ЕГЭ

Перечень заданий подготовить блок-схемы по теме:

Оказание помощи обучающимся в выборе учебных предметов для сдачи ОГЭ и ЕГЭ

Физико-техническое направление. Гуманитарные науки.

Практическое занятие 9.

Тема: Оказание помощи обучающимся в выборе учебных предметов для сдачи ОГЭ и ЕГЭ

Перечень заданий подготовить презентацию по теме:

Оказание помощи обучающимся в выборе учебных предметов для сдачи ОГЭ и ЕГЭ

Естественнонаучное направление.

3.5. Лабораторные работы

Учебным планом не предусмотрены

3.6. Контроль самостоятельной работы

СЕМЕСТР 8

Контроль самостоятельной работы 1.

Тема: Общие и современные методологические подходы и теории стресса, объясняющие закономерности формирования физической подготовленности; грамотного распределения учебной нагрузки.

Перечень заданий: разработать реферат по одной из тем:

1. Проблема стресса в жизни современного общества. Основные сферы изучения стресса в прикладных психологических исследованиях.

2. Стресс и адаптация. Уровни адаптации и формы проявлений дезадаптации на личностном и поведенческом уровнях.

3. Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья. Критерии оценки влияния стресса на здоровье человека.

4. История развития исследований стресса в физиологии и психологии. Основные этапы.

5. Классическая концепция стресса Г. Селье. Общий адаптационный синдром, основные закономерности проявлений и развития. Вклад естественнонаучной традиции в развитие психологических исследований стресса.

6. Физиологический и психологический стресс, различия в механизмах формирования. Основные субсиндромы проявлений стресса. Связь с успешностью поведенческой адаптации.

7. Комплексный подход к анализу проявлений стресса. Основные классы диагностических методов, примеры конкретных методик. Способы интеграции данных в зависимости от типа диагностических задач.

8. Основные современные подходы к изучению стресса. Сравнительная характеристика подходов.

Контроль самостоятельной работы 2.

Тема: Общие и современные методологические подходы и теории стресса, объясняющие закономерности формирования физической подготовленности; грамотного распределения учебной нагрузки.

Перечень заданий: разработать кроссворд (не менее 30 вопросов) по одной из тем:

1. Проблема стресса в жизни современного общества. Основные сферы изучения стресса в прикладных психологических исследованиях.
2. Стресс и адаптация. Уровни адаптации и формы проявлений дезадаптации на личностном и поведенческом уровнях.
3. Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья. Критерии оценки влияния стресса на здоровье человека.
4. История развития исследований стресса в физиологии и психологии. Основные этапы.
5. Классическая концепция стресса Г. Селье. Общий адаптационный синдром, основные закономерности проявлений и развития. Вклад естественнонаучной традиции в развитие психологических исследований стресса.
6. Физиологический и психологический стресс, различия в механизмах формирования. Основные субсиндромы проявлений стресса. Связь с успешностью поведенческой адаптации.
7. Комплексный подход к анализу проявлений стресса. Основные классы диагностических методов, примеры конкретных методик. Способы интеграции данных в зависимости от типа диагностических задач.
8. Основные современные подходы к изучению стресса. Сравнительная характеристика подходов.

Контроль самостоятельной работы 3.

Тема: Общие и современные методологические подходы и теории стресса, объясняющие закономерности формирования физической подготовленности; грамотного распределения учебной нагрузки.

Перечень заданий: разработать компьютерную презентацию (не менее 20 слайдов) по одной из тем:

1. Проблема стресса в жизни современного общества. Основные сферы изучения стресса в прикладных психологических исследованиях.
2. Стресс и адаптация. Уровни адаптации и формы проявлений дезадаптации на личностном и поведенческом уровнях.
3. Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья. Критерии оценки влияния стресса на здоровье человека.
4. История развития исследований стресса в физиологии и психологии. Основные этапы.
5. Классическая концепция стресса Г. Селье. Общий адаптационный синдром, основные закономерности проявлений и развития. Вклад естественнонаучной традиции в развитие психологических исследований стресса.
6. Физиологический и психологический стресс, различия в механизмах формирования. Основные субсиндромы проявлений стресса. Связь с успешностью поведенческой адаптации.
7. Комплексный подход к анализу проявлений стресса. Основные классы диагностических методов, примеры конкретных методик. Способы интеграции данных в зависимости от типа диагностических задач.
8. Основные современные подходы к изучению стресса. Сравнительная характеристика подходов.

Контроль самостоятельной работы 4.

Тема: Общие и современные методологические подходы и теории стресса, объясняющие закономерности формирования физической подготовленности; грамотного распределения учебной нагрузки.

Перечень заданий: разработать викторину по одной из тем:

1. Проблема стресса в жизни современного общества. Основные сферы изучения стресса в прикладных психологических исследованиях.
2. Стресс и адаптация. Уровни адаптации и формы проявлений дезадаптации на личностном и поведенческом уровнях.
3. Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья. Критерии оценки влияния стресса на здоровье человека.
4. История развития исследований стресса в физиологии и психологии. Основные этапы.
5. Классическая концепция стресса Г. Селье. Общий адаптационный синдром, основные закономерности проявлений и развития. Вклад естественнонаучной традиции в развитие психологических исследований стресса.
6. Физиологический и психологический стресс, различия в механизмах формирования. Основные субсиндромы проявлений стресса. Связь с успешностью поведенческой адаптации.
7. Комплексный подход к анализу проявлений стресса. Основные классы диагностических методов, примеры конкретных методик. Способы интеграции данных в зависимости от типа диагностических задач.
8. Основные современные подходы к изучению стресса. Сравнительная характеристика подходов.

3.7. Самостоятельная работа студентов

Рекомендуемые формы самостоятельной работы студентов: разработка викторины, разработка компьютерной презентации, разработка кроссворда, разработка реферата.

4. Фонд оценочных средств

ФОС включает оценочные средства текущего, промежуточного и поститогового контроля (Приложение 1).

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

5.1. Основная литература

1. Либина, А. В. Психология совладания: учебное пособие для вузов / А. В. Либина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 318 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11605-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449260> (дата обращения: 22.03.2025).
2. Одинцова, М. А. Психология стресса: учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 299 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05254-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/451167> (дата обращения: 22.03.2025).

5.2. Дополнительная литература

1. Кондратьев, М. Ю. Социальная психология в образовании: учебное пособие / М. Ю. Кондратьев. — Москва: ПЕР СЭ, 2008. — 383 с. — ISBN 978-5-9292-0178-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/7440.html> (дата обращения: 22.03.2025). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Фесенко, Ю. А. Детская и подростковая психотерапия: невроты у детей: учебное пособие для вузов / Ю. А. Фесенко, В. И. Гарбузов. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 330 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07308-9. — Текст:

электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494340> (дата обращения: 22.03.2025).

6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», профессиональных баз данных и информационных справочных систем, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

6.1 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - Ресурсы сети Интернет Научная электронная библиотека LIBRARY.RU эл. вариант;
2. http://www.edu.ru/index.php?page_id=242 - Федеральный портал Российское образование: эл. вариант;
3. <http://www.rospsy.ru> - Сайт федерального общества педагогов- психологов: эл. вариант;
4. <http://www.otrok.ru/teach/enc/index.php> - Нормативные документы, решения по вопросам психологии в образовании «Российский Педагогический словарь».
5. <http://www.voppsy.ru> - Сайт журнала «Вопросы психологии»: эл. вариант.

6.2. Перечень необходимых профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Электронная библиотечная система «IPR SMART». Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>

Электронная библиотечная система «Юрайт». Режим доступа: <https://urait.ru>

Электронно-библиотечная система «Лань» (раздел «Сетевая электронная библиотека педагогических вузов»). Режим доступа: <https://e.lanbook.com>

Электронно-библиотечная система «Рукоонт». Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

Межвузовская электронная библиотека. Режим доступа: <https://icdlib.nspu.ru/>

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/defaultx.asp>

Национальная электронная детская библиотека. Режим доступа: <https://arch.rgdb.ru/xmlui/>

Национальная электронная библиотека. Режим доступа: <https://rusneb.ru>

Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. Режим доступа: <https://www.prilib.ru>

Polpred.com Обзор СМИ. Режим доступа: <https://polpred.com>

7. Методические указания и учебно-методическое обеспечение для обучающихся по освоению дисциплины

Дисциплина реализуется в соответствии с указаниями «Методические рекомендации по организации образовательного процесса при освоении дисциплины», размещенными в ЭИОС университета (eios.ggpi.org).

Методические рекомендации для работы с инвалидами и лицами с ОВЗ размещены в ЭИОС университета (eios.ggpi.org).

**8. Материально-техническая база, программное обеспечение,
необходимое для осуществления образовательного процесса по
дисциплине**

Учебный корпус 1, аудитории(я) 418.

Полный перечень материально-технической базы и программного обеспечения
размещены в ЭИОС университета (eios.ggpi.org).

9. Рейтинг-план оценки успеваемости студентов

Дисциплина на /семестры	Объем аудиторной работы				Виды текущей аттестационной аудиторной и внеаудиторной работы	Максимальное (норматив) количество баллов	Поощрение	Штрафы	Итоговая форма отчета (мин. балл)
	лек	пр.	лаб.	КСР					
Психологическое сопровождение подготовки к ГИА / 8	10	18		8	1. Контроль посещаемости лекций 2. Контроль посещаемости практических занятий 3. Работа на практических занятиях 4. КСР <u>Контрольные мероприятия</u> 1. контрольная работа 2. тест	10 18 45 20 4 10	+ 1 балл за дополнения; + 3 балла за подготовку дополнительного дидактического материала	не применяются	Допуск к зачету – 50% «автомат» при зачете – 70%
ИТОГО	10	18		8		107 (без компенсации)			

Лист регистрации изменений и дополнений к РПД
(фиксируются изменения и дополнения перед началом учебного года,
при необходимости внесения изменений на следующий год –
оформляется новый лист изменений)

№ п.п.	Содержание изменения	Дата, номер протокола заседания кафедры. Подпись заведующего кафедрой	Дата, номер протокола заседания совета факультета. Подпись декана факультета
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПОДГОТОВКИ К ГИА

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

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

1.2. Оценивание всех видов контроля (текущего, промежуточного, поститогового) осуществляется по 5-ти балльной шкале.

1.3. Результаты оценивания текущего контроля учитываются в рейтинге.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными индикаторами достижения компетенций

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	ИУК 7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья

Код компетенции	ПК-1
Формулировка компетенции	Способен планировать, организовывать и участвовать в диагностических мероприятиях и консультации при осуществлении социально-психологической и социально-педагогической поддержки обучающихся, в том числе одаренных детей и детей с ОВЗ, в процессе социализации
Индикатор достижения компетенции	ИПК 1.6 Демонстрирует методы диагностики обучающихся группы риска и технологии консультационно-профилактической работы с ними и с семьями группы риска

3. Содержание оценочных средств текущего контроля и критерии их оценивания

3.1. Текущий контроль осуществляется преподавателем дисциплины при проведении занятий в следующих формах: тестирование и контрольная работа.

3.2. Формы текущего контроля и критерии их оценивания.

Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания

Типовой тест 1.

Проверяемые компетенции и индикаторы достижения компетенций: УК-7: ИУК-7.2; ПК-1: ИПК-1.6.

Проверяемые компетенции и индикаторы достижения компетенций	УК-7: ИУК-7.2; ПК-1: ИПК-1.6.
Количество заданий в типовом тесте 1	10
Время выполнения типового теста 1	20 минут
Оценивание выполнения (не выполнения) тестового задания	1 балл (0 баллов)
Максимальное количество баллов	10 баллов
Критерии оценивания выполнения типового теста 1	100 – 90% - отлично 89 – 70% – хорошо 69 – 50 %– удовлетворительно Ниже 50% - неудовлетворительно

Выбрать один правильный ответ:

Выбрать один правильный ответ:

1. Какая причина стресса связана с длительно действующими программами формирования должного уровня физической подготовленности; грамотного распределения нагрузки:

- а) стресс, вызванный ошибками мышления;
- б) стресс, вызванный невозможностью удовлетворить физиологические потребности;
- в) стресс, вызванный столкновением противоположных условных рефлексов;
- г) стресс, вызванный неадекватными родительскими программами?

2. Какая причина стресса связана с динамически меняющимися программами физической подготовки, учитывающие индивидуальные особенности развития организма:

- а) стресс, связанный с генетическими особенностями организма;
- б) стресс, вызванный невозможностью удовлетворить «высшие» потребности личности;
- в) стресс, вызванный неумением распоряжаться временем;
- г) стресс, вызванный неадекватными установками и убеждениями личности?

3. Как называется псевдоразумное объяснение человеком своих поступков в случае, если признание их действительных причин грозит потерей самоуважения или разрушает сложившуюся картину мира:

- а) отрицание;
- б) сублимация;
- в) вытеснение;
- г) рационализация?

4. Какое слово-маркер сигнализирует о наличии неадекватной установки негативной генерализации:

- а) никогда;
- б) должен;
- в) обязан;
- г) во что бы то ни стало?

5. К какой группе потребностей, по А. Маслоу, относится стресс, вызванный неразделенной любовью:

- а) физиологические потребности;
- б) безопасности и стабильности;
- в) принадлежности;

- г) уважения и признания;
- д) самореализации?

6. Какая стратегия разрешения конфликта наиболее приемлема, если нужно получить хоть какие-то преимущества и есть что предложить взамен:

- а) уход (из конфликта и зоны стресса);
- б) компромисс (минимизация стресса);
- в) соперничество (введение в стресс второго участника);
- г) уступка (замена стресса на другой, более приемлемый).

7. Какая стратегия разрешения конфликта является наиболее трудоемкой, но наиболее выгодной в долговременном плане:

- а) уход (из конфликта и зоны стресса);
- б) компромисс (минимизация стресса);
- в) соперничество (введение в стресс второго участника);
- г) уступка (замена стресса на другой, более приемлемый).

8. К какой группе объективных причин стресса можно отнести техногенные катастрофы:

- а) к условиям жизни и работы;
- б) к межличностным факторам;
- в) к политическим и экономическим факторам;
- г) к чрезвычайным обстоятельствам?

9. К какой области каузальной классификации стрессов относится страх темноты:

- а) к области мудрого принятия;
- б) к области конструктивных действий;
- в) к области субъективных стрессов;
- г) к области саморегуляции?

10. Какая причина стресса не относится к группе объективных факторов:

- а) вредные характеристики производственной среды;
- б) тяжелые условия работы;
- в) отношения с руководством;
- г) чрезвычайные обстоятельства?

Форма контроля 2–Типовая контрольная работа

Проверяемые компетенции и индикаторы достижения компетенций	УК-7: ИУК-7.2; ПК-1: ИПК-1.6.
Количество заданий в типовой контрольной работе	4
Время выполнения типовой контрольной работы	20 минут
Оценивание выполнения (невыполнения) задания в типовой контрольной работе	1 балл (0 баллов)
Максимальное количество баллов	4 балов
Критерии оценивания выполнения типовой контрольной работы	100 – 90% - отлично 89 – 70% – хорошо 69 – 50 %– удовлетворительно Ниже 50% - неудовлетворительно

Текст контрольной работы:

1. Дайте рекомендации по поддержке должного уровня физической подготовленности.

2. Назовите имена учёных-практиков, разработавших индивидуальные программы физической подготовки, учитывающие индивидуальные особенности развития организма.

3. Назовите 2-3 метода диагностики обучающихся группы риска и технологии консультационно-профилактической работы с ними и с семьями группы риска

4. Дайте характеристику 2-3 методам диагностики обучающихся группы риска и технологии консультационно-профилактической работы с ними и с семьями группы риска

3.3 Методические указания по проведению процедуры текущего контроля

1. Текущий контроль проводится на протяжении всего семестра.

2. Сбор, обработка и оценивание результатов текущего контроля проводятся преподавателем, ведущим дисциплину.

3. Предъявление результатов оценивания осуществляется в течение недели после проведения контрольного мероприятия.

4. Результаты текущего контроля учитываются в рейтинге по дисциплине.

5. Все материалы, полученные от обучающихся в ходе текущего контроля (контрольная работа, диктант, тест, организация дискуссии, круглого стола, доклад, реферат, отчет по лабораторной работе, отчет по педагогической практике и т.п.), должны храниться в течение текущего семестра на кафедрах.

6. Считать, что положительные результаты текущего контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования указанных компетенций и индикаторов достижения компетенций (этапов формирования компетенций).

4. Содержание оценочных средств промежуточной аттестации и критерии их оценивания

4.1. Промежуточная аттестация проводится в виде: зачета (8 сем.).

4.2. Содержание оценочного средства. Проверяемые компетенции и индикаторы достижения компетенций: УК-7, ИУК 7.2, ПК-1, ИПК 1.6

Примерные вопросы и задания к зачету

1. Проблема стресса в жизни современного общества. Основные сферы изучения стресса в прикладных психологических исследованиях.

2. Стресс и адаптация. Уровни адаптации и формы проявлений дезадаптации на личностном и поведенческом уровнях (приведите несколько примеров)

3. Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья. Критерии оценки влияния стресса на здоровье человека.

4. История развития исследований стресса в физиологии и психологии. Основные этапы (приведите несколько примеров)

5. Классическая концепция стресса Г. Селье. Общий адаптационный синдром, основные закономерности проявлений и развития. Вклад естественнонаучной традиции в развитие психологических исследований стресса.

6. Физиологический и психологический стресс, различия в механизмах формирования. Выработка индивидуальной программы физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма (приведите несколько примеров)

7. Комплексный подход к анализу проявлений учебного стресса. Основные классы диагностических методов, примеры конкретных методик. Способы интеграции данных в зависимости от типа диагностических задач.

8. Основные современные подходы к изучению стресса. Сравнительная характеристика подходов (приведите несколько примеров)

9. Экологический подход к изучению стресса. Трактовка понятия стресс в рамках парадигмысоответствия «личность-среда» и методология исследований.

10. Когнитивная модель психологического стресса Р. Лазаруса. Субъективный образ проблемной ситуации и роль механизмов когнитивной оценки в формировании стрессовых реакций (приведите несколько примеров)

11. Стратегии преодоления стресса (копинг-механизмы). Индивидуальные стили «совладающего поведения» (модель С. Хобфолла). Возможности целенаправленного формирования адекватных стратегий преодоления стресса.

12. Трансактный подход к изучению стресса. Модель Т. Кокса и возможности ее практического использования в условиях подготовки к ГИА (приведите несколько примеров)

13. Регуляторный подход к изучению стресса. Синдромы острого и хронического стресса, их негативные последствия.

14. Понятие «экстремальности» и экстремальных условий деятельности. Абсолютная и относительная экстремальность. Классификация факторов прямого и опосредующего влияния на степень экстремальности ситуации в условиях ГИА (приведите несколько примеров)

15. Стресс и состояния психической напряженности. Операциональная и эмоциональная напряженность, роль мотивационно-личностных факторов в их развитии. Формы проявления состояний эмоциональной напряженности в условиях ГИА.

16. Стадии переживания критических жизненных ситуаций (модель Хоровитца). Закономерности динамики и психологическая характеристика каждой из стадий. Особенности психологической помощи на каждой из них (приведите несколько примеров)

17. Основные психологические составляющие переживаний хронического стресса. Фиксация негативных проявлений в форме устойчивых индивидуально-личностных характеристик поведенческих нарушений в условиях подготовки к ГИА.

18. Изменения в поведении при длительном переживании стресса. Формирование поведенческих риск-факторов для здоровья человека. Тип А поведения (приведите несколько примеров)

19. Развитие личностных деформаций в процессе длительного переживания стресса. Синдром выгорания по подготовки к ГИА.

20. Развитие пограничных невротических состояний как следствие интенсивного переживания стресса. Посттравматический стресс (приведите несколько примеров)

21. Проблема управления стрессом. Взаимосвязь диагностической и профилактической направленности работы как основа современных технологий стресс-менеджмента.

22. Психопрофилактика и коррекция стресса. Объектная и субъектная парадигмы. Общая классификация методов борьбы со стрессом (приведите несколько примеров)

23. Опосредующие методы профилактики и коррекции стресса (объектная парадигма). Примеры используемых средств.

24. Непосредственные методы воздействия на состояние человека. «Пассивный» и активный субъект психопрофилактики. Примеры средств «внешнего» воздействия на состояние человека (приведите несколько примеров)

25. Психологическая саморегуляция состояний. Основные методы диагностики обучающихся группы риска и технологии консультационно-профилактической работы с ними и с семьями группы риска.

26. Организационные формы использования методов профилактики и управления стрессом в прикладных условиях. Оценка эффективности использования методов оптимизации состояния человека при проведении индивидуальной и групповой психокоррекционной работы в условиях ГИА (приведите несколько примеров)

4.3. Критерии оценивания

Зачет выставляется по результатам рейтинга. Если обучающийся набрал недостаточное количество баллов, то он сдает зачет.

Шкала оценивания для зачета:

Уровни освоения компетенции (-ий)	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Академическая оценка	% освоения (рейтинговая оценка)
Сформирована	Студент показал достаточно прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе, умеет правильно оценить полученные результаты.	Зачтено	50-100
Не сформирована	При ответе выявились существенные пробелы в знаниях основных положений учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины.	Не зачтено	менее 50

4.4. Методические указания по проведению процедуры промежуточной аттестации

1. Сроки проведения процедуры оценивания: по расписанию экзаменов (зачета - на последнем занятии по предмету). Если обучающийся по результатам рейтинговой системы не набирает нужное количество баллов или желает повысить оценку, то сдает экзамен/ зачет согласно требованиям.
2. Сбор, обработка и оценивание результатов промежуточной аттестации проводится преподавателем, ведущим дисциплину.
3. Предъявление результатов оценивания осуществляется: по окончании ответа студента и фиксируется в зачетной книжке и экзаменационной ведомости.
4. При наличии письменных ответов обучающихся, полученных в ходе экзаменационной сессии, материалы хранятся в течение месяца после завершения сессии на кафедрах.
5. Порядок выполнения и защиты курсовой работы регламентирован «Положением о курсовой работе ФГБОУ ВО «Глазовский государственный инженерно-педагогический университет имени В.Г. Короленко».
6. Считать, что положительные результаты промежуточного контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования указанных компетенций и индикаторов достижения компетенций (этапов формирования компетенций).

5. Содержание оценочных средств для проверки сформированности компетенций и индикаторов достижения компетенций (поститоговый контроль) и критерии их оценивания

Задания для проверки компетенции и индикаторов достижения компетенции: УК-7, ИУК 7.2, ПК-1, ИПК 1.6

УК-7: Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	
УК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. деятельности	Практическое задание: Перечислите субъективные причины стресса.

Ключ к практическому заданию:

К субъективным причинам можно отнести:

- несоответствие ожидаемых и реальных событий;
- стрессовые напряжения, развивающиеся от навязывания родительских программ, усложняющих жизнь ребенку и делаая его поведение неадекватным;
- стрессовые ситуации, вызванные эмоциями, провоцирующими на спонтанные действия;
- несоответствие виртуального и реального миров;
- стрессовые ситуации, связанные с убеждениями личности и неадекватными установками (на пессимизм или оптимизм, религиозными или политическими);
- невозможность реализации собственной актуальной потребности (сюда можно отнести физиологические потребности, потребности в безопасности, принадлежности, уважении, самореализации);
- неправильная коммуникация (в т.ч. критика, негативные предубеждения, неправомерные требования и т.д.);
- неадекватная реализация условных сигналов.

Задания для проверки компетенции и индикаторов достижения компетенций: ПК-1: ИПК-1.6

ПК-1: Способен планировать, организовывать и участвовать в диагностических мероприятиях и консультации при осуществлении социально-психологической и социально-педагогической поддержки обучающихся, в том числе одаренных детей и детей с ОВЗ, в процессе социализации	
ИПК-1.6. Демонстрирует методы диагностики обучающихся группы риска и технологии консультационно-профилактической работы с ними и с семьями группы риска.	Практическое задание: Опишите формы работы, применяемые психологами при психологической подготовке учащихся к ЕГЭ .

Ключ к практическому заданию:

Формы проведения занятий с психологом разнообразны: мини-лекции, групповые дискуссии, игровые и медиативные техники, анкетирование, творческие работы, устные или письменные размышления по предложенным темам.

Содержание занятий должно быть ориентировано на рассмотрение следующих вопросов:

- как подготовиться к экзаменам;
- поведение на экзамене;
- способы снятия нервно-психического напряжения;
- как противостоять стрессу.

Работа проводится как со всем классом, так и индивидуально.

Критерии оценивания:

Каждый индикатор достижения компетенции оценивается в 10 баллов:

- Каждое практическое задание оценивается в 10 баллов:
 - 10 баллов - студент правильно выполнил предложенные задания на основе изученной теории, методов, приемов, технологий;
 - 8 баллов - студент способен применять полученные теоретические знания в практической деятельности, решать типичные задачи на основе воспроизведения стандартных алгоритмов, при выполнении заданий допускает незначительные ошибки;
 - 6 баллов - при выполнении задания допущены грубые ошибки;
 - 0 баллов - студент не выполнил задание.

Оценка зависит от процента выполнения всех заданий.

Шкала оценивания сформированности компетенции и индикатора достижения компетенции

Уровни освоения компетенции и (-ий)	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Академическая оценка	% освоения (рейтинговая оценка)
Сформирована	Студент показал достаточно прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе, умеет правильно оценить полученные результаты.	Зачтено	50-100
Не сформирована	При ответе выявились существенные пробелы в знаниях основных положений учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины.	Не зачтено	менее 50

Считать, что положительные результаты поститогового контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования компетенции (ий) и индикатора (ов) достижения компетенции (ий) (этапа формирования компетенции). Если обучающийся получил оценку «не зачтено», то считать компетенцию не сформированной на данном этапе. При получении оценок «зачтено» считать, что проверяемая компетенция сформирована на достаточном уровне.

Методические указания для проверки остаточных знаний

1. Сроки проведения процедуры оценивания: по графику деканата.
2. Сбор, обработка и оценивание результатов поститогового контроля проводится преподавателем по распоряжению деканата.

3. Предъявление результатов оценивания осуществляется в течение недели после проведения контрольного мероприятия, оформляется в виде отчета и хранится в деканате в течение всего срока обучения обучающегося.