

**Министерство науки и высшего образования  
Российской Федерации  
Министерство науки, высшего образования и инноваций Кыргызской  
республики  
Межгосударственная образовательная организация высшего  
образования Кыргызско-Российский Славянский университет имени  
первого Президента Российской Федерации Б.Н. Ельцина**

**Гуманитарный Факультет**

**Кафедра ПСИХОЛОГИИ**

**Фонд**

**оценочных средств  
по дисциплине «Психология здоровья»**

**Уровень высшего образования**

**БАКАЛАВРИАТ**

**Направление подготовки  
37.03.01 – РФ; 530300 – КР Психология  
(код и наименование направления подготовки)**

**Квалификация  
бакалавр**

**2025 год**

Фонд оценочных средств предназначен для контроля знаний обучающихся по направлению подготовки (специальности) 37.03.01 – РФ; 530300 – КР Психология; по дисциплине «Психология здоровья».

Фонд оценочных средств рассмотрен и утвержден на заседании кафедры ПСИХОЛОГИИ:  
*наименование кафедры*

протокол № 1 от "30" сентября 2025г.

Заведующий кафедрой психологии  
*наименование кафедры*



Адыкулов А.А.  
*расшифровка подписи*

Исполнители:

Старший преподаватель  
*должность*



Чеботарёв А.П.  
*расшифровка подписи*

СОГЛАСОВАНО:

И.о. декана



Баудинова Н.А.  
*расшифровка подписи*

*личная подпись*

**Раздел 1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины/практики**

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Виды оценочных средств/шифр раздела в данном документе
<p><b>ОПК-5:</b> Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера</p>	<p><b><u>Знать:</u></b>  * методы профилактики, коррекции и реабилитации;  * формы проведения профилактики, коррекции и реабилитации;  * организационную работу в реализации профилактики, коррекции и реабилитации.</p>	<p><b>Блок А</b> — задания репродуктивного уровня:   <b>Фронтальный опрос</b> по теории   <b>Устный опрос</b> по терминологическому аппарату и концепциям</p>
	<p><b><u>Уметь:</u></b>  * использовать методы профилактики, коррекции и реабилитации;  * проводить профилактические, коррекционные и реабилитационные мероприятия;  * осуществлять организацию профилактических, коррекционных и реабилитационных мероприятий.</p>	<p><b>Блок В</b> — задания реконструктивного уровня:   <b>Дискуссия:</b> анализ границ ответственности психолога и этических дилемм.   <b>Метод «Мозгового штурма».</b></p>
	<p><b><u>Владеть:</u></b>  * методами проведения профилактики, коррекции и реабилитации;  * навыками применения различных психологических средств, методов, технологий и приемов, связанных с реализацией конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций;</p>	<p><b>Блок С</b> — задания практико-ориентированного уровня:   <b>Анализ конкретных ситуаций</b>   <b>Работа в малых группах:</b> подготовка аналитического профиля по итогам консультации</p>

## Раздел 2. Технологическая карта дисциплины/практики

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

#### «ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»

**Направление:** Психология, бакалавриат

**По курсу** 3, 5 семестр

**Кафедра:** Психологии

**Преподаватель:** ст. преподаватель Чеботарев Александр Павлович

**В процессе освоения дисциплины студенты должны пройти три контрольные точки:**

Название модулей дисциплины согласно РПД	Контроль	Форма контроля	зачетный минимум	зачетный максимум	график контроля
Модуль 1					
Раздел 1. Психология здоровья как новое научное направление	Текущий контроль	Просмотр конспектов. Посещаемость. Активность.	5	10	10
	Рубежный контроль	Контрольная работа	10	15	
Модуль 2					
Раздел 2. Физическое и психическое здоровье.	Текущий контроль	Просмотр конспектов. Посещаемость. Активность.	5	10	15
	Рубежный контроль	Конспект монографии Реферат	10	15	
Модуль 3					
Раздел 3. Социальное здоровье	Текущий контроль	Просмотр конспектов. Посещаемость. Активность.	5	10	15

	Рубежный контроль	Контрольная работа	5	10	
ВСЕГО за семестр			40	70	
Промежуточный контроль (Зачет с оценкой)			20	30	
Семестровый рейтинг по дисциплине			60	100	

**Раздел 3. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине / практике (оценочные средства). Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания.**

**Текущий контроль**

- Активность, посещаемость и фронтальный опрос: Проверка присутствия студента на занятиях и его вовлеченности в учебный процесс. Оценивается регулярность посещения, качество ведения конспектов и участие в обсуждениях лекционного материала. Особое внимание уделяется фронтальному опросу по теории для проверки знаний ключевых концепций, факторов риска и критериев здоровья. Данная форма контроля реализуется последовательно во всех разделах дисциплины.

**Рубежный контроль**

- Контрольная работа: Письменная проверка знаний по основным разделам курса. Оценивается владение понятийным аппаратом, знание механизмов психологической адаптации и современных моделей психологии здоровья. Проверяется умение применять теоретические подходы к анализу практических ситуаций.
- Реферат: Самостоятельная работа по изучению и систематизации научной литературы и монографий. Оценивается глубина анализа выбранной проблемы, умение работать с источниками и способность структурировать теоретический материал по вопросам здорового образа жизни и профилактики заболеваний.

**Блок D (промежуточный контроль)**

- **Вопросы для проверки уровня обученности Знать:**
  1. Междисциплинарные связи психологии здоровья.
  2. Цели и задачи психологии здоровья.
  3. Аксиоматические положения относительно феномена здоровья.
  4. Доминирующие подходы и концептуальные модели в определении понятия здоровья (по И.П. Калю).
  5. Основные направления развития представлений о здоровье.
  6. Психологические факторы здоровья.
  7. Базисные понятия психологии здоровья.
  8. Факторы, влияющие на отношение к здоровью.
  9. Психологические механизмы стрессоустойчивости.

10. Особенности внутренней картины здоровья.
11. Гендерные особенности психического и социального здоровья.
12. Результаты экспериментальных исследований стресса.
13. Основные способы регуляции стресса и его предотвращения.
14. Влияние особенностей зачатия, развития беременности и родов на становление здорового индивида.
15. Влияние раннего постнатального периода на развитие человека.
16. Психология здоровья как одно из приоритетных направлений психологического знания
17. Методологические подходы к изучению здоровой личности
18. Концепция здоровой личности.
19. Модели здоровой личности.
20. Структура здоровой личности.
21. Направления развития здоровой личности.
22. Здоровье детей и подростков как психолого-медико-социальная проблема.
23. Здоровьесберегающее образование как фактор формирования здоровой личности.
24. Психологическая готовность к оздоровительной деятельности как интегральное качество здоровой личности.
25. Понятие «отношение к здоровью».
26. Основные показатели отношения к здоровью и их характеристики и методы исследования.
27. Гендерные аспекты отношения к здоровью.
28. Возрастные аспекты отношения к здоровью.
29. Методики диагностики отношения к здоровью.
30. Тело как метафора отношения к своему здоровью.
31. Методики психокоррекции отношения к здоровью.
32. Подготовка тьютора к консультативному контакту.
33. Особенности тьюторского консультирования по проблеме формирования здоровой личности.
34. Объективные критерии эффективности коррекции отношения к здоровью.
35. Субъективные критерии эффективности коррекции отношения к здоровью.
36. Особенности тьюторского консультирования различных групп тьютурируемых.

• **Задания для проверки уровня обученности Уметь:**

1. Представить здоровье как системное понятие.
2. Выявить тенденции в здоровье мужчин и женщин.
3. Определить факторы, влияющие на отношение к здоровью.
4. Оценить физическое здоровье.
5. Оценить психологическую устойчивость личности.
6. Представить здоровье как социальный феномен.
7. Выявить различия между мужской и женской сексуальностью.
8. Установить связь между личной гигиеной и состоянием здоровья.
9. Установить связь между двигательной активностью и состоянием здоровья.
10. Опишите картину здоровья.
11. Выделите основные признаки, относящиеся к картине болезни и здоровому образу жизни.
12. Выделите основные типы семей, предрасполагающие к психосоматическим заболеваниям детей.
13. Выделите физическое развитие и влияние на него законов наследственности, возрастной ступенчатости, единства организма и среды.
14. Какие есть стрессогенные факторы в студенческой среде?
15. Какие типы поведения неблагоприятны для студенческой среды?
16. Меры профилактики психического здоровья студентов?

• **Задания для проверки уровня обученности Владеть:**

Задача 1. Девушка А. стройная, веселая, легко увлекающаяся живет как придется и не придерживается никаких ограничений в еде. Девушка И. – застенчивая, пухленькая, очень разборчива в еде, пробует разные диеты, чтобы похудеть, стесняется шумных и больших компаний. Оценить качество здоровья А. и И.

Задача 2. К вам на прием пришла беременная женщина, которая сообщила о своем ВИЧ+ статусе. Имеете ли вы право отказать ей в помощи? Аргументируйте свой ответ.

Задача 3. Определите вид профилактики к которому относится профилактика профессионального выгорания у сотрудников психиатрической больницы.

Задача 4. Девушка 18 лет, студентка Мед. Академии. Поставлен диагноз – сахарный диабет средней степени тяжести. Узнав о диагнозе, девушка становится безразличной к учебе, развлечениям, своему молодому человеку, который, несмотря на болезнь, хочет на ней жениться. Она считает, что ни у нее, ни у этого брака нет будущего. Определить тип отношения к болезни.

Задача 5. Больной К. 50 лет, работает руководителем на крупном предприятии, имеет диагноз – ишемическая болезнь сердца (ИБС). Периодически испытывает давящие боли за грудиной различной степени выраженности, при этом снимает приступ нитроглицерином. На работе почти ежедневно задерживается допоздна. На все уговоры родных пройти обследование и курс лечения, отвечает, что ему сейчас крайне некогда, и он пойдет к врачу, как только будет время. Определить тип отношения к болезни.

Задача 6. Больная П. 40 лет, врач. Доставлена в лечебное учреждение после приступа эпилепсии. Выясняется, что и ранее у больной были приступы, связанные с расстройством сознания. Несмотря на проведенные обследования и предположительный диагноз, больная отказывается принимать лечение, ссылаясь на то, что никакой эпилепсии у нее нет, т.к. она сама врач и разбирается в своем здоровье. Определить тип отношения к болезни.

Задача 7. Больной Д. 28 лет, на профосмотре обнаружен вирус ВИЧ. Больной поставлен на учет и проходит курс лечения по поводу своего заболевания. У мужчины преобладает злобное мрачное настроение. Он с ненавистью относится к здоровым, обвиняя в своем заболевании всех окружающих. Высказывает мысли о том, что не он один должен страдать и чем больше здоровых заразится ВИЧ, тем лучше они поймут его страдания. По отношению к родным ведет себя вызывающе грубо, требует от них выполнения всех его желаний. Определить тип отношения к болезни.

Задача 8. Больной Д. 32 года. В 12 лет перенес торакотомию на легком, постоянно беспокоится о своем здоровье, находит симптомы различных заболеваний. В последнее время стал находить симптомы онкологических заболеваний, посещал врачей, сдавал анализы. После непродолжительного периода облегчения обратил внимание на спину – нащупал уплотнение на пояснице справа, которое расценил как опухоль на почке. Нарушился сон, больной похудел на 7 кг. Врачи советуют обратиться к психиатру. Определить тип отношения к болезни.

Задача 9. Выберите из приведенного списка функции, которые имеет право осуществлять практикующий психолог. Объясните, почему некоторые функции он выполнять не может. Оказывать людям помощь в ситуациях стресса; лечить психическое заболевание; оказывать помощь в неразрешимых для человека (или кажущихся таковыми) проблемах; ставить медико-психиатрический диагноз; оказывать помощь в случаях переживания эмоционально-личностного дискомфорта; выводить из депрессии и суицидальных состояний; наталкивать на самостоятельное решение в ситуациях выбора; помогать адаптироваться после жизненных кризисов; заниматься профилактикой возникновения психологического неблагополучия; помогать людям в максимальном раскрытии своих качеств и возможностей; учить клиентов самопознанию, использованию резервов своей психики и методам защиты своего психического здоровья; учить навыкам психогигиены; проводить судебно-медицинскую экспертизу.

Задача 10. Проанализируйте приведенный фрагмент. Определите сходство и различия понятий «психологическое здоровье» и «психическое здоровье». "Осмысливая содержательную суть психологической службы, мы почувствовали необходимость введения в научный психологический лексикон нового термина — «психологическое здоровье». Если термин «психическое здоровье» имеет отношение прежде всего к отдельным психическим процессам и механизмам, то термин «психологическое здоровье» относится к личности в целом, находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа и позволяет выделить собственно психологический аспект проблемы психического здоровья в отличие от медицинского, социологического, философского и других аспектов. Психологическое здоровье делает личность самодостаточной. Не мы извне задаем ей рамки, нормы, ориентиры, не мы ее оцениваем привычным образом: эта личность — развитая, эта — не очень, эта — на среднем уровне. Мы вооружаем (вернее, должны вооружать) ребенка — в соответствии с его возрастом — средствами самопонимания, самопринятия и саморазвития в контексте взаимодействия с окружающими его людьми и в условиях культурных, социальных, экономических и экологических реальностей окружающего мира". (По И.В. Дубровиной)

#### **Раздел 4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

**Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания**

##### **ШКАЛЫ ОЦЕНИВАНИЯ ПО ВСЕМ ВИДАМ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

В течение семестра работа на семинарских занятиях (текущий контроль), сдача контрольных точек (рубежный контроль) оценивается преподавателем, ведущим семинарские занятия, и баллы заносятся в электронную ведомость, доступную для просмотра по адресу: [iais.krsu.edu.kg](http://iais.krsu.edu.kg)

Максимальное количество баллов – 100.

По каждой контрольной точке студент должен набрать количество баллов, не менее зачетного минимума. Итоговая оценка определяется на основе суммирования семестровых и зачетных баллов. Зачет проводится в устной форме.

Для получения положительной оценки на зачете студент должен набрать не менее половины от установленной суммы баллов

зачет, т.е. 15 баллов.

Пример расчета: семестровые баллы – 60, баллы экзамена – 25.

$60+25=85$ , т.е. «хорошо».

Шкала баллов для определения итоговых оценок:

$\geq 85$  – «отлично»

$< 85$  баллов – «хорошо»

$< 70$  баллов – «удовлетворительно»

$< 60$  баллов – «неудовлетворительно»

Для того, чтобы свободно владеть материалом всех разделов курса «Основы консультативной психологии», необходимо готовиться к занятиям и участвовать в обсуждении вопросов, добросовестно выполнять задания для самостоятельной работы. От вас потребуется регулярно и без опозданий посещать все занятия, исключением может быть только болезнь, подтвержденная документально, и другие уважительные причины. Пропуски без уважительной причины, составляющие 20% занятий, ведут к отчислению с курса.

Шкала оценивания устного опроса:

При оценке устных ответов на проверку уровня обученности ЗНАТЬ учитываются следующие критерии:

1. Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
2. Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
3. Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
4. Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Отметкой (85-100 %) оценивается ответ, который показывает: прочные знания основных процессов психологии, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа.

Отметкой (75-84 %) оценивается ответ, обнаруживающий: прочные знания основных процессов психологии, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа; однако допускается одна – две неточности в ответе.

Отметкой (60-74 %) оценивается ответ, свидетельствующий в основном: о знании процессов психологии, отличающихся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа; допускается несколько ошибок в содержании ответа.

Отметкой (40-59 %) оценивается ответ, обнаруживающий: незнание процессов психологии, отличающихся неглубоким раскрытием темы; незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности; допускаются серьезные ошибки в содержании ответа.

Отметкой (0 %) оценивается ответ, при котором студент демонстрирует непонимание проблемы или нет ответа.

С целью успешного освоения и сдачи зачёта по дисциплине студентам необходимо придерживаться следующих методических указаний.

Общие рекомендации: изучение дисциплины следует начинать с проработки рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделяется целям, задачам, структуре и содержанию курса.

К основным формам работы над содержанием дисциплины относятся: лекционные занятия, практические занятия, самостоятельная работа студентов. Студентам необходимо посещать все лекционные и практические занятия (при этом к практическим занятиям студенты готовятся самостоятельно, получив заранее темы занятий и задания к ним), а также подготовить все самостоятельные работы

Темы рефератов:

1. Влияние эпохи на здоровье личности. 2. Социальные, возрастные и гендерные аспекты здоровья личности.
2. Социальные, возрастные и гендерные аспекты здоровья личности.
3. Древние философские и психологические учения о здоровье: проблема здоровья человека в античной культуре.
4. Древние философские и психологические учения о здоровье: понятие здоровья в работах древнекитайских мыслителей.
5. Древние философские и психологические учения о здоровье: Понимание сущности и способов достижения здоровья в древнеиндийской культуре.
6. Тема здоровья в восточных и западных религиозных течениях.
7. Влияние ноосферы на здоровье человека.
8. Психологическая культура личности как фактор здоровья.
9. Психологическая зрелость личности.
10. Творчество во всех сферах жизни как условие позитивного развития здоровья.
11. Адекватность жизненных стратегий как условие здоровья.
12. Совокупный жизненный ресурс личности.
13. Основные условия развития иммунитета как единства психического и физического составляющих здоровья.
14. Психическая активность личности.

Темы контрольных работ:

1. Психологическая защищенность личности.
2. Синдром хронической усталости.
3. Синдром эмоционального выгорания как профессиональное заболевание специалистов в системе «человек-человек».
4. Индивидуальная система психологической самозащиты от негативного воздействия стрессоров.
5. Самовнушение.
6. Самопознание и самоанализ.
7. Методы и приемы позитивного развития здоровья.

### **Критерии оценки промежуточного контроля**

Оценивание результатов обучения студентов по дисциплине осуществляется по регламенту текущего контроля и промежуточной аттестации. Текущий контроль в семестре проводится с целью обеспечения своевременной обратной связи, для коррекции обучения и активизации самостоятельной работы студентов. Результаты текущего контроля подводятся по шкале балльно-рейтинговой системы.

Промежуточная аттестация предназначена для объективного подтверждения и оценивания достигнутых результатов обучения после завершения изучения дисциплины и проводится в форме **зачета с оценкой**.

#### **Оценка «отлично» (85-100 баллов)**

**Знать:** обладает совокупностью осознанных знаний, раскрывает основные положения; прослеживает четкую структуру, логическую последовательность и понимание материала; использует литературный язык с применением научных терминов.

**Уметь:** успешно и свободно применяет полученные знания для решения практических задач по заданным алгоритмам решения.

**Владеть:** комплексно оценивает предложенную ситуацию; предлагает логически правильный выбор тактики действия с обоснованными комментариями.

#### **Оценка «хорошо» (70-84 баллов)**

**Знать:** показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи; знания четко структурированы, логичны, изложены литературным языком в терминах науки; допущены недочеты или ошибки.

**Уметь:** достаточно хорошо применяет полученные знания для решения практических задач по заданным алгоритмам решения; имеются незначительные погрешности и некоторые ошибки.

**Владеть:** комплексная оценка предложенной ситуации с незначительными затруднениями, правильный выбор тактики действий.

#### **Оценка «удовлетворительно» (60-69 баллов)**

**Знать:** знания не полные; логика и последовательность изложения имеют нарушения; допущены ошибки в раскрытии понятий и употреблении терминов; отсутствует понимание причинно-следственных связей; речевое оформление требует поправок.

**Уметь:** умения посредственны, со значительными ошибками применяет полученные знания для решения практических задач по заданным алгоритмам решения.

**Владеть:** затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации, выбор тактики возможен при наводящих вопросах педагога.

#### **Оценка «неудовлетворительно» (30-59 баллов)**

**Знать:** знания разрознены, фрагментарны, нелогичны; присутствуют существенные ошибки в определениях; отсутствуют выводы, конкретизация, доказательность; речь неграмотная.

**Уметь:** допускает грубые ошибки в применении полученных знаний для решения практических задач по заданным алгоритмам решения.

**Владеть:** неверная оценка ситуации; неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению ситуации, нарушению безопасности клиента

### **Раздел 5. Методические указания для обучающегося по освоению дисциплины / практики и выполнению контрольных заданий.**

#### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С КОНСПЕКТОМ ЛЕКЦИЙ**

- Просмотрите конспект сразу после занятий.
- Пометьте материал конспекта лекций, который вызывает затруднения для понимания.
- Попробуйте найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь на текущей консультации или на ближайшей лекции за помощью к преподавателю.
- Каждую неделю рекомендуется отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам.

#### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ:**

- Если возникли затруднения при разыскивании материала по какому-либо конкретному вопросу, следует обратиться к предметному указателю (алфавитный список основных научных понятий (терминов), содержание которых раскрыто в книге, рядом с термином стоят числа, обозначающие номера страниц, на которых изложен материал, относящийся к

данному понятию), напечатанному, как правило, в конце каждого литературного источника.

- При систематизации материала по теме важно сравнивать определения основных понятий, даваемые разными авторами. Сравнение необходимо для того, чтобы выбрать наиболее краткое и точное определение, а также для выделения основных признаков научного понятия, на которое обращают внимание различные авторы.
- Теоретический материал курса становится более понятным, когда дополнительно к прослушиванию лекции и изучению конспекта, изучаются и книги. Легче освоить курс, придерживаясь одного учебника и конспекта. - Рекомендуется, кроме «заучивания» материала, добиться состояния понимания изучаемой темы дисциплины. С этой целью рекомендуется после изучения очередного параграфа выполнить несколько простых упражнений на данную тему. Кроме того, очень полезно мысленно задать себе следующие вопросы (и попробовать ответить на них): О чем этот параграф? Какие новые понятия введены, каков их смысл? Что даст это на практике?

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

- Чтобы подготовиться к промежуточной аттестации и пройти ее успешно, необходимо ознакомиться со списком вопросов, повторить изученный материал, разобрать непонятные или не рассмотренные ещё вопросы (в случае необходимости обратиться к преподавателю за дополнительными разъяснениями), чтобы до начала промежуточной аттестации таковых не оставалось.
- Отвечая на вопросы, нужно руководствоваться не интуицией, а реальными знаниями.
- Чтобы знания были полными, готовиться к промежуточной аттестации нужно на протяжении всего межсессионного периода, чтобы охватить как можно большее количество учебного материала.
- Дополнительно к изучению конспектов лекции необходимо пользоваться учебником.
- Кроме «заучивания» материала, очень важно добиться состояния понимания, изучаемых тем дисциплины. С этой целью рекомендуется после изучения очередного параграфа выполнить несколько упражнений на данную тему. Кроме того, очень полезно мысленно задать себе следующие вопросы (и попробовать ответить на них): о чем этот параграф? Какие новые понятия введены, каков их смысл? Что даст это на практике?
- При подготовке к промежуточному контролю нужно изучить теорию: определения всех понятий и подходы к оцениванию до состояния понимания материала и самостоятельно решить несколько типовых задач из каждой темы. При решении задач всегда необходимо уметь качественно интерпретировать итог решения. всегда необходимо уметь качественно интерпретировать итог решения.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ РЕФЕРАТА:**

1. Тема реферата выбирается в соответствии с Вашими интересами и не обязательно должна соответствовать приведенному ниже примерному перечню. Важно, чтобы в реферате: во-первых, были освещены как естественнонаучные, так и социальные стороны проблемы; а во-вторых, представлены как общетеоретические положения, так и конкретные примеры. Особенно приветствуется использование собственных примеров из окружающей Вас жизни.
2. Реферат должен основываться на проработке нескольких дополнительных к основной литературе источников. Как правило, это специальные монографии или статьи. Во многих регионах регулярно издаются Доклады о состоянии окружающей среды. Рекомендуется использовать также в качестве дополнительной литературы научно-популярные

журналы: "Природа", "Наука и жизнь", "Химия и жизнь", "Энергия" и др, а также газеты специализирующиеся на природоохранной тематике.

3. План реферата должен быть авторским. В нем проявляется подход автора, его мнение, анализ проблемы.

4. Все приводимые в реферате факты и заимствованные соображения должны сопровождаться ссылками на источник информации. Например: ... Нас заинтересовало снижение рождаемости, зарегистрированное в последнее время в России (Население России, 2008)... или ... Установлено, что в крупных городах, таких как Москва, уровень загрязнения воздуха в некоторые часы может превышать предельно допустимые концентрации в 10 и более раз (Лихачева, Смирнова, 2006) ...

5. Недопустимо просто скопировать реферат из кусков заимствованного текста. Все цитаты должны быть представлены в кавычках с указанием в скобках источника и страницы, например: "Проанализировав историю человечества за 2400 лет, А.Л.Чижевский установил связь между циклами исторических событий и солнечной активностью, причем равны они в среднем, 11 годам." (Лупачев, 1995, с.39). Отсутствие кавычек и ссылок означает плагиат и, в соответствии с установившейся научной этикой, считается грубым нарушением авторских прав.

6. Реферат оформляется в виде текста на листах стандартного формата (А- 4). Начинается с титульного листа, в котором указывается название вуза, учебной дисциплины, тема реферата, фамилия и инициалы студента, номер академической группы или название кафедры, год и географическое место местонахождения вуза. Затем следует оглавление с указанием страниц разделов. Сам текст реферата желательно подразделить на разделы: главы, подглавы и озаглавить их.

Приветствуется использование в реферате количественных данных и иллюстраций (графики, таблицы, диаграммы, рисунки).

7. Завершают реферат разделы "Заключение" и "Список использованной литературы". В заключении представлены основные выводы, ясно сформулированные в тезисной форме и, обычно, пронумерованные.

8. Список литературы должен быть составлен в полном соответствии с действующим стандартом (правилами), включая особую расстановку знаков препинания. Для этого достаточно использовать в качестве примера любую книгу, изданную крупными научными издательствами: "Наука", "Прогресс", "Мир", "Издательство МГУ" и др. Или приведенный выше список литературы. В общем случае наиболее часто используемый в нашей стране порядок библиографических ссылок, следующий: Автор И.О. Название книги. Место издания: Издательство, Год издания. Общее число страниц в книге. Автор И.О. Название статьи // Название журнала. Год издания. Том . № . Страницы от до. Автор И.О. Название статьи /Название сборника. Место издания: Издательство, Год издания. Страницы от до.

## **ПРАВИЛА ОФОРМЛЕНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

1. Цели и задачи контрольной работы. Контрольная работа – одна из форм контроля уровня знаний студента и ориентирования его в вопросах, ограниченных объемом учебной тематики. Цели контрольной работы: углубить, систематизировать и закрепить теоретические знания студентов; проверить степень усвоения одной темы или вопроса; выработать у студента умения и навыки поиска и отбора необходимой литературы, самостоятельной обработки, обобщения и краткого, систематизированного изложения материала. Контрольные работы в вузе могут быть: аудиторными (выполняемые во время аудиторных занятий в присутствии преподавателя); домашними, которые задаются на дом к определенному сроку; текущими, целью которых является контроль знаний по только что пройденной теме; экзаменационными, оценка по которым имеет статус итоговой. Контрольная работа может включать в себя как одно, так и несколько заданий

следующего характера: вопросы на информационную осведомленность (назовите, перечислите, определите, дайте характеристику и т.п.); вопросы и задания на логическое осмысление информации, конкретизация и оценочные суждения (составьте словарь ключевых понятий и терминов, изложите содержание и ваше понимание определенных вопросов, сделайте анализ и т.п.); задания на практическое применение изучаемой информации (разработайте и опишите, составьте программу, сделайте картотеку и т.п.); написание реферата на определенную тему; составление конспекта; подготовка тезисов; написание аннотации, отзыва, рецензии, эссе и др. Анализ литературы по проблеме предполагает: сравнение выделенных авторами понятий, классификаций и их оснований; сравнение общих концепций, основных идей, точек зрения на отдельные вопросы; анализ аргументации сделанных выводов (теоретическая, экспериментальная апробация в практике), убедительности, доказательности, достаточности аргументации; систематизацию основных идей по излагаемой проблеме; собственное понимание проблемы, либо указать с какими точками зрения согласен студент и почему.

2. Структура контрольной работы. Титульный лист. Оглавление (содержание), включающее: введение, название разделов (при необходимости подразделов), заключение, список использованных источников с указанием страниц. Введение. Текст контрольной работы. Список использованной литературы. Приложения (если они имеются).

3. Методика выполнения контрольной работы. Выполнение контрольной работы представляет собой определенную последовательность логически связанных действий, нарушение которой существенно снижает результативность работы.

Основные этапы выполнения контрольной работы. Уяснение содержания темы и целевых установок. На основе этого можно наметить главные вопросы, подлежащие рассмотрению, и их краткое содержание. Составление календарного плана, который предусматривает: сроки подбора и изучения литературы, составление плана контрольной работы, написание каждого раздела темы, редактирование, оформление, изготовление схем, предоставление работы, доработку контрольной работы в целях устранения отмеченных недостатков и окончательное оформление. Подбор литературы по теме. При подборе литературы целесообразно руководствоваться следующими критериями:

- полнота охвата материала по теме. Не следует ограничиваться одним или двумя источниками, поскольку полноценная контрольная работа должна отражать не только широкий круг фактов, но и различные (порой противоположные) мнения по тому или иному вопросу;
- научный уровень издания. При выборе литературы следует отдавать предпочтение научным изданиям или учебным пособиям для вузов и избегать обращения к популярным и научно-популярным брошюрам (указание на тип издания содержится в аннотации);
- новизна материала. Как правило, при наличии выбора следует использовать более поздние по времени издания, поскольку они, с одной стороны, содержат предшествующий опыт изучения проблемы, с другой более современные оценки исторических событий и т. д.
- Предварительное изучение литературы и составление плана.
- Составление черновика контрольной работы. Из отобранных источников извлекаются сведения, цитаты, идеи, которые автор предполагает включить в текст работы. Обязательно указывается библиографическое описание литературы. Рекомендуется

описание литературы производить в процессе ее отбора, чтобы избежать повторного обращения к источнику.

- Работа над текстом. Во введении необходимо отразить актуальность темы, дать общую характеристику изучения темы, сформулировать задачи. В основной части представляется анализ современной литературы по теме работы. В том случае, когда контрольная работа предполагает проведение экспериментального исследования, целесообразно выделить теоретической и эмпирической частей. Так, в эмпирической части следует определить задачи, методику и базу исследования, описать критерии обработки и анализа материала. При изложении результатов эмпирического исследования надо привести не только статистические данные в виде таблиц, но и описать словесные и эмоциональные реакции испытуемых (используя протоколы наблюдений, экспериментов), характеризующие поведение испытуемых во время исследования. Полученные количественные показатели желательно также проиллюстрировать графиками и диаграммами. Эмпирическую часть завершают выводы и психологопедагогические рекомендации. В заключении необходимо подвести итог, сделать выводы, кратко оценить степень достижения цели и задач.

- Оформление библиографических ссылок и списка литературы осуществляется в соответствии со стандартами, принятыми в научных изданиях

4. Критерии оценки контрольной работы. Работа считается зачетной в том случае, если она отвечает определенным требованиям: правильно раскрывает предложенный план; выявляет знание источников и литературы по теме; — содержит достоверный материал; соответствует правилам оформления; антиплагиат не менее 70%. Оценка "неудовлетворительно" ставится, если работа полностью не отвечает требованиям к данному виду зачетных работ студентов. Неудовлетворительной считается также работа, в которой заметно прилежание, но которая выполнена на уровне не научной, а житейской психологии. Неудовлетворительная работа возвращается студенту для доработки.