

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Факультет дошкольного и начального образования  
Кафедра педагогики и психологии начального образования

«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_ Ю. А. Жадаев

« 29 » марта 2021 г.

## **Психологическое здоровье младших школьников**

**Программа учебной дисциплины**

Направление 44.03.01 «Педагогическое образование»

Профиль «Начальное образование»

*заочная форма обучения*

Волгоград  
2021

Обсуждена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования  
« 16 » февраля 2021 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Николаева М.В. « 16 » февраля 2021 г.  
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета факультета дошкольного и начального  
образования « 26 » февраля 2021 г. , протокол № 7

Председатель учёного совета Корепанова М.В. \_\_\_\_\_ « 26 » февраля 2021 г.  
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»  
« 29 » марта 2021 г. , протокол № 6

#### **Отметки о внесении изменений в программу:**

Лист изменений № \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

#### **Разработчики:**

Рубцова Наталья Николаевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии начального образования ФГБОУ ВО "ВГСПУ".

Программа дисциплины «Психологическое здоровье младших школьников» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г. N 121) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль «Начальное образование»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 29 марта 2021 г., протокол № 6).

## 1. Цель освоения дисциплины

Подготовка специалиста начальной школы, компетентного в области организации работы по укреплению и профилактики нарушений психологического здоровья обучающихся и учителя начальных классов.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психологическое здоровье младших школьников» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины «Психологическое здоровье младших школьников» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Психология», «Методы профилактики трудности адаптации детей в переходный период обучения», «Подготовка детей 6-7 лет к обучению в школе», прохождения практик «Производственная (по изучению готовности ребенка к обучению) практика», «Производственная (психолого-педагогическая) практика».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Взаимодействие педагога с родителями (законными представителями)», «Организация работы с младшими школьниками, испытывающие трудности в обучении», «Технологии индивидуализации обучения и развития младших школьников», прохождения практики «Учебная (по выявлению и коррекции трудностей в обучении младших школьников) практика».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способен организовывать мероприятия по профилактике возможных трудностей адаптации детей к учебно-воспитательному процессу в первом классе и основной школе (ПК-3);
- способен осуществлять диагностическую и коррекционно-развивающую работу с детьми младшего школьного возраста (ПК-4).

### **В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

#### ***знать***

- основные подходы к интерпретации психологического здоровья личности;
- характеристику основных нарушений психологического здоровья младших школьников; технологии формирования и укрепления психологического здоровья младших школьников;
- характеристику основных нарушений психологического здоровья у учителя начальных классов; способы и приемы укрепления психологического здоровья у учителя начальных классов;

#### ***уметь***

- определять условия формирования и критерии психологического здоровья личности;
- способен организовать мероприятия по профилактике возможных трудностей адаптации детей к учебно-воспитательному процессу в первом классе и основной школе;

– способен осуществлять диагностическую и коррекционно-развивающую работу с детьми младшего школьного возраста;

**владеть**

– основами применения знаний о психологической культуре личности и психологическом здоровье для решения практических задач в начальной школе;

– навыками выявления нарушений психологического здоровья младших школьников; технологией планирования работы по укреплению и формированию психологического здоровья младших школьников;

– навыками саморефлексии собственного состояния психологического здоровья; методами и техниками, способствующими преодолению эмоционального и профессионального выгорания.

**4. Объём дисциплины и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		Зз
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	18	18
В том числе:		
Лекции (Л)	8	8
Практические занятия (ПЗ)	10	10
Лабораторные работы (ЛР)	–	–
<b>Самостоятельная работа</b>	50	50
<b>Контроль</b>	4	4
Вид промежуточной аттестации		ЗЧО
Общая трудоемкость	часы	72
	зачётные единицы	2

**5. Содержание дисциплины**

**5.1. Содержание разделов дисциплины**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Теоретические основы проблемы психологического здоровья	Понятие психологического здоровья в различных авторских подходах. Соотношение понятий "психического здоровья" и "психологического здоровья". Основные критерии психологического здоровья. Условия формирования психологического здоровья личности. Психологическая культура личности как компонент психологического здоровья
2	Основы формирования психологического здоровья младших школьников	Критерии психологического здоровья личности в младшем школьном возрасте. Основные виды нарушений психологического здоровья учащихся начальных классов и их проявления в учебно-воспитательном процессе. Диагностическая работа по выявлению нарушений психологического здоровья младших школьников. Развивающая работа по укреплению психологического здоровья и преодолению нарушений. Формирование психологической культуры личности в младшем школьном возрасте: способы, приемы, техники. Взаимодействие с другими

		участниками образовательного процесса в работе по укреплению психологического здоровья детей.
3	Психологическое здоровье учителя начальных классов	Критерии психологического здоровья личности учителя. Основные виды нарушений психологического здоровья педагогов начальных классов и их проявления, эмоциональное и профессиональное выгорание. Психологическая компетентность учителя как фактор способствующий укреплению психологического здоровья. Саморефлексия как способ выявления риска нарушений психологического здоровья учителя начальных классов. Методы и техники, способствующие преодолению эмоционального и профессионального выгорания

## 5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Теоретические основы проблемы психологического здоровья	2	4	–	12	18
2	Основы формирования психологического здоровья младших школьников	4	3	–	26	33
3	Психологическое здоровье учителя начальных классов	2	3	–	12	17

## 6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### 6.1. Основная литература

1. Кочюнас Р. Психологическое консультирование : учебное пособие для вузов / Кочюнас Р.. — Москва : Академический проект, 2020. — 223 с. — ISBN 978-5-8291-2743-5. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110003.html>.

2. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Ю.В. Бессонова [и др.]. — Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2019. — 512 с. — ISBN 978-5-9270-0222-1. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88392.html>.

3. Мальцева Т.В. Профессиональное психологическое консультирование : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Психология» и «Юриспруденция» / Мальцева Т.В., Реуцкая И.Е.. — Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 143 с. — ISBN 978-5-238-01702-0. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/81548.html>.

### 6.2. Дополнительная литература

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1—4) / Хухлаева О.В.. — Москва : Генезис, 2016. — 312 с. — ISBN 978-5-98563-431-0. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/89964.html>.

2. Бодров В.А. Профессиональное утомление. Фундаментальные и прикладные проблемы / Бодров В.А.. — Москва : Институт психологии РАН, 2009. — 560 с. — ISBN 978-

5-9270-0160-6. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/15586.html>.

3. Соколов Е.А. Профессиональное становление личности специалиста-гуманитария : монография / Соколов Е.А.. — Москва : Университетская книга, 2009. — 480 с. — ISBN 978-5-98699-092-7. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/9125.html> .

4. Личностное и профессиональное развитие студентов в вузе : сборник научных статей / А.К. Белоусова [и др.].. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 83 с. — ISBN 978-5-4497-1290-5. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109252.html>.

5. Хухлаева О.В. Кризисы взрослой жизни. Книга о том, что можно быть счастливым и после юности / Хухлаева О.В.. — Москва : Генезис, 2016. — 208 с. — ISBN 978-5-98563-417-4. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/89736.html> .

6. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки / Хухлаева О.В.. — Москва : Генезис, 2020. — 176 с. — ISBN 978-5-98563-422-8. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95357.html>.

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

8. Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье личности в дошкольном и школьном возрасте : учебное пособие / Пахальян В.Э.. — Саратов : Вузовское образование, 2018. — 180 с. — ISBN 978-5-4487-0278-5. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/76804.html> .

## **7. Ресурсы Интернета**

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Википедия – свободная энциклопедия. – URL: <http://ru.wikipedia.org>.
2. Поисковые системы. - URL: <http://www.google.ru/>, <http://www.yandex.ru/> и д.
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - URL: <http://elibrary.ru>.

## **8. Информационные технологии и программное обеспечение**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. Офисный пакет (Microsoft Office или Open Office).

## **9. Материально-техническая база**

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Психологическое здоровье младших школьников» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Учебная аудитория для проведения самостоятельной работы студентов, оснащенная учебной мебелью, видеооборудованием для просмотра учебных видеоматериалов.

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Дисциплина «Психологическое здоровье младших школьников» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору. Программой

дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в форме аттестации с оценкой.

Лекционные занятия направлены на формирование глубоких, систематизированных знаний по разделам дисциплины. В ходе лекций преподаватель раскрывает основные, наиболее сложные понятия дисциплины, а также связанные с ними теоретические и практические проблемы, даёт рекомендации по практическому освоению изучаемого материала. В целях качественного освоения лекционного материала обучающимся рекомендуется составлять конспекты лекций, использовать эти конспекты при подготовке к практическим занятиям, промежуточной и итоговой аттестации.

Практические занятия являются формой организации педагогического процесса, направленной на углубление научно-теоретических знаний и овладение методами работы, в процессе которых вырабатываются умения и навыки выполнения учебных действий в сфере изучаемой науки. Практические занятия предполагают детальное изучение обучающимися отдельных теоретических положений учебной дисциплины. В ходе практических занятий формируются умения и навыки практического применения теоретических знаний в конкретных ситуациях путем выполнения поставленных задач, развивается научное мышление и речь, осуществляется контроль учебных достижений обучающихся.

При подготовке к практическим занятиям необходимо ознакомиться с теоретическим материалом дисциплины по изучаемым темам – разобрать конспекты лекций, изучить литературу, рекомендованную преподавателем. Во время самого занятия рекомендуется активно участвовать в выполнении поставленных заданий, задавать вопросы, принимать участие в дискуссиях, аккуратно и своевременно выполнять контрольные задания.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

## **11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

- рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
- информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;
- оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Психологическое здоровье младших школьников» представлены в

методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

## **12. Фонд оценочных средств**

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.