Приложение 5

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра клинической психологии

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев
«17» июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.ДВ.04.7 Психология благополучия, или психология счастливого человека

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 - Физическая культура

Профиль/направленность/специализация: Фитнес

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2024

Тамбов, 2026

Автор программы:
Кандидат психологических наук, доцент Бедина Вера Юрьевна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 940).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры клинической психологии «16» октября 2024 г. Протокол № 4

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «17» июня 2026 г. № 10.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины…… 4

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата……. 15

3. Объем и содержание дисциплины…… 15

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства…… 18

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)…….. 28

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…… 30

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы……. 31

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- организационно-методический
- педагогический
- рекреационный
- тренерский

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований), 05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Проектирует траекторию своего профессионального роста и личностного развития, расширяет свой профессиональный кругозор: приобретает и использует на практике базовые знания, умения и навыки из различных сфер профессиональной деятельности, в том числе психологии здоровья, теории психологического благополучия личности, психологии мотивации, психологии развития, аспектов теории мечты, целеполагания и целедостижения в психологии и коучинге и др.

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения					
		Очная (семестр)					
		1	2	3	4	5	6
1	Adobe Photoshop: основные инструменты и возможности			+			

2	Адаптивная физическая культура в санаторно-курортной системе		+				
3	Адаптивная физическая культура в системе здравоохранения			+			
4	Адаптивная физическая культура в системе образования				+		
5	Активные и интерактивные технологии в преподавании дисциплин гуманитарного цикла			+			
6	Анализ рисков и методы оценки рисков в бизнесе				+		
7	Аналитическое чтение			+			
8	Бизнес-планировани е в АльтИнвест				+		
9	Биология развития человека в норме и патологии				+		
10	Брендинг				+		
11	Введение в звукорежиссуру		+				
12	Введение в искусственный интеллект	+					
13	Введение в проектную деятельность		+				
14	Введение в психологию кризисных состояний и отклоняющегося поведения		+				
15	Виды, методы и технологии в профайлинге			+			
16	Виктимология			+			
17	Вожатский практикум				+		
18	Генетика человека		+				
19	Геоинформационные системы и технологии дистанционного зондирования Земли				+		

20	Двигательный режим (инструктор по физической культуре)				+		
21	Девальвация нормы психического и личностного развития: причины и последствия				+		
22	Деловое общение и профессиональная этика			+			
23	Диагностика и психологические технологии профилактики отклоняющегося поведения				+		
24	Дизайн курса и разработка материалов для раннего обучения неродному языку				+		
25	Документирование деятельности кадровой службы			+			
26	Документирование трудовых отношений				+		
27	Законодательство Российской Федерации в сфере риск-менеджмента			+			
28	Запись голоса и инструментов в студии звукозаписи			+			
29	Зарубежная литература и вызовы современности				+		
30	Защита прав и интересов клиентов социальных служб в отношениях с государственными органами				+		
31	Защита прав человека				+		
32	Здоровье-формирующие технологии в образовательной среде		+				
33	Инновационное мышление			+			
34	Институт семьи в современном обществе		+				

35	Интернет-аналитика – основа продвижения современного предприятия			+			
36	Как любить ребенка: эмоциональный компонент родительского отношения			+			
37	Комплаенс в системе обеспечения безопасности бизнеса				+		
38	Комплексная экономическая безопасность бизнеса			+			
39	Креативное мышление				+		
40	Кредитование физических лиц		+				
41	Лингвистическая экспертиза спорных текстов				+		
42	Литература русского зарубежья			+			
43	Личное планирование и управление рабочим временем			+			
44	Методика организаций массовых туристских мероприятий: соревнования, слеты, походы				+		
45	Методика организаций экскурсий и экскурсионных туров			+			
46	Методика раннего обучения иностранному языку			+			
47	Методология тьюторства: основные этапы, формы и технологии тьюторского сопровождения		+				
48	Методы и методики психологического исследования детей и родителей			+			
49	Методы изучения повседневности		+				

50	Методы изучения семьи				+		
51	Методы оценки и аттестации персонала				+		
52	Мир современного искусства: постмодернистский проект		+				
53	Модели электронной коммерции				+		
54	Молекулярно-биологические основы поведения и зависимостей		+				
55	Налогообложение бизнеса			+			
56	Нормативно-правовая база семейных отношений		+				
57	Нормы и правила современного этикета				+		
58	Нормы языкового общения в условиях виртуальной среды			+			
59	Общественные организации и движения		+				
60	Оперативная психодиагностика личности				+		
61	Организационно-методическое обеспечение дополнительного образования детей и взрослых		+				
62	Организационно-правовые основы управленческой деятельности в социальной сфере		+				
63	Организация деятельности детских общественных объединений в образовательной организации			+			
64	Организация и оказание юридической помощи клиентам социальных служб			+			

65	Организация работы спортивного судьи по избранному виду спорта			+			
66	Основы аргументации				+		
67	Основы биржевого дела				+		
68	Основы видеоблогинга				+		
69	Основы визуальной психодиагностики и профайлинга		+				
70	Основы деловой коммуникации на иностранном языке		+				
71	Основы копирайтинга			+			
72	Основы логики		+				
73	Основы логопедии		+				
74	Основы правильного питания			+			
75	Основы работы в ПО Agisoft Metashape			+			
76	Основы рекламы		+				
77	Основы рекреалогии		+				
78	Основы риск-менеджмента. Методы оценки риска		+				
79	Основы спортивной журналистики		+				
80	Основы судебной лингвистической экспертизы			+			
81	Основы творческой деятельности журналиста			+			
82	Основы управления документацией		+				
83	Основы управления персоналом		+				
84	Особенности прохождения муниципальной службы				+		
85	Особенности рассмотрения семейных споров		+				
86	Особенности рассмотрения трудовых споров			+			
87	Педагогический артистизм		+				
88	Педагогический дизайн технологий обучения				+		

89	Педагогическое сопровождение деятельности детских общественных организаций				+		
90	Письменный перевод документов физических лиц			+			
91	Письменный перевод документов юридических лиц				+		
92	Поведение в публичных местах			+			
93	Поведение потребителей и коммуникативная политика			+			
94	Повседневные разговоры				+		
95	Подготовка операторов наземных средств управления беспилотным летательным аппаратом самолетного и вертолетного типа		+				
96	Познание себя через практическую психологию			+			
97	Познание себя через психодиагностику		+				
98	Понятие психологической травмы в современной психологии		+				
99	Посттравматическое личностное развитие: приговор или точка личностного роста			+			
100	Правовое и этическое регулирование медиа				+		
101	Правовое обеспечение местного самоуправления		+				
102	Практикум по организации логопедической работы в дошкольном образовательном учреждении				+		

103	Проблема смысла жизни и ценности в философии			+			
104	Программирование на языке Python. Базовый курс		+				
105	Программирование на языке Python. Продвинутый курс			+			
106	Программирование на языке Python. Разработка веб-приложений с использованием Flask				+		
107	Проектный семинар			+	+	+	+
108	Пропедевтика. Основы композиции		+				
109	Противодействие коррупции и формирование антикоррупционного поведения личности		+				
110	Профессиональные компетенции современного педагога дисциплин гуманитарного цикла в условиях цифровизации образования		+				
111	Психика и мозг		+				
112	Психолингвистические основы овладения детьми новым языком		+				
113	Психология девиантной личности			+			
114	Психология детства		+				
115	Психология креативности			+			
116	Психология молодости и зрелости				+		
117	Психология подросткового и юношеского возраста			+			
118	Психология творческого саморазвития		+				
119	Психолого-педагогическая диагностика				+		
120	Психофизиологические основы поведения и когнитивных функций			+			

121	Публичная служба в системе государственного и муниципального управления				+		
122	Разработка программ дополнительного образования для детей и молодежи				+		
123	Рекрутмент персонала			+			
124	Русская писательская критика XIX-XXI веков		+				
125	Самоменеджмент: методики и технологии				+		
126	Саморазвитие и актерское мастерство				+		
127	Сведение и мастеринг в студии звукозаписи				+		
128	Система публичного управления			+			
129	Современные маркетинговые технологии		+				
130	Современные методы географических исследований в рамках проектной деятельности школьников				+		
131	Современные методы химического анализа в криминалистике				+		
132	Современные молекулярно-биологические и микробиологические методы в криминалистике			+			
133	Современные педагогические технологии в сфере дополнительного образования			+			
134	Современные подходы к персональному менеджменту		+				
135	Современные экологические проблемы		+				

136	Социальные сети как коммуникационные каналы		+				
137	Стандартизация, сертификация и управление качеством в ресторанном и гостиничном бизнесе				+		
138	Стартап: идея с нуля		+				
139	Стартап: от идеи к MVP			+			
140	Стартап: практика создания собственного бизнеса				+		
141	Стратегии и правила безопасного инвестирования на финансовых рынках		+				
142	Стратегический маркетинг				+		
143	Страхование личности			+			
144	Текст и дискурс в Интернете				+		
145	Теоретико-методические основы вожатской деятельности		+				
146	Теоретические аспекты мышления		+				
147	Теоретические, процессуальные и организационные основы судебной экспертизы				+		
148	Теория и практика судейства по видам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»				+		
149	Теория и практика судейства по избранному виду спорта		+				
150	Технологии вожатской деятельности			+			
151	Технологии коррекции речевых нарушений у детей дошкольного возраста			+			

152	Технологии развития высших психических функций			+			
153	Технологии рефлексивно-творческого саморазвития			+			
154	Технология и организация гостинично-ресторанного комплекса			+			
155	Типографика				+		
156	Тренинг «Майнд-фитнес»				+		
157	Управление в социальных процессах			+			
158	Управление общественными отношениями		+				
159	Управляющий рестораном: карьера, развитие и компетенции		+				
160	Физическая география России и мира		+				
161	Цифровая культура		+				
162	Цифровой маркетинг и SEO			+			
163	Цифровые образовательные ресурсы в преподавании дисциплин гуманитарного цикла				+		
164	Экология атмосферы			+			
165	Экология гидросферы				+		
166	Экономико-правовые аспекты создания и развития собственного бизнеса		+				
167	Экономическая, социальная и политическая география			+			
168	Электронный бизнес. Электронная коммерция		+				
169	Ювенальное право				+		
170	Язык как объект лингвистической экспертизы		+				

171	Языковая личность в виртуальном пространстве		+				

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Психология благополучия, или психология счастливого человека» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура.

Дисциплина «Психология благополучия, или психология счастливого человека» изучается в 4 семестре.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины: 2 з.е.

Очная: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	**72**
Контактная работа	32
Лекции (Лекции)	16
Практические (Практ. раб.)	16
Самостоятельная работа (СР)	40
Зачет	-

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.			Формы текущего контроля
		Лекции	Практ. раб.	СР	
		О	О	О	
4 семестр					
1	Социокультурные и теоретико-методологические основания позитивной психологии	4	4	10	Опрос; Научный доклад; Эссе
2	Счастье и характеристики личности. Концепция психологического благополучия.	4	4	10	Опрос; Научный доклад; Эссе
3	Диагностика психологического благополучия	2	2	5	Опрос; Тестирование
4	Психологическое благополучие и саморазвитие личности.	4	4	5	Опрос

5	Направления психологической работы по оптимизации психологического благополучия личности	2	2	10	Опрос; Тестирование

Тема 1. Социокультурные и теоретико-методологические основания позитивной психологии (УК-6)

Лекция.

Ведение в позитивную психологию; основные идеи, история становления, современные тенденции. Три уровня позитивной психологии. Методологические основы и проблемы современной позитивной психологии. «Созидание смысла» в позитивной психологии: ценности, мотивации, жизненные цели. Позитивная психотерапия. Будущее позитивной психологии.

Практическое занятие.

1 Основные идеи основателей позитивной психологии (М.Селигман, Дж.Вейлант, Э.Динер, М.Чиксентмихали и др.)
2 Идеи позитивной психологии и гуманистической психологии (в чем сходство, в чем различия)
3 «Позитивная психология» как особое научное направление
4 Основные методологические проблемы современной позитивной психологии

Задания для самостоятельной работы.

Подготовить доклады по темам:

1 История развития философско-этических представлений о счастье в истории мысли.

2. Взгляды Аристотеля на счастье. Гедонизм и эвдемонизм. Объективные и субъективные критерии счастья.

3. Критика философской идеи стремления к счастью как главного принципа поведения

Тема 2. Счастье и характеристики личности. Концепция психологического благополучия. (УК-6)

Лекция.

Взгляд на счастье и субъективное благополучие в позитивной психологии. Понятия «поток», «психологический капитал», «духовность» в позитивной психологии, их связь с представлениями о счастье и творчестве.

Практическое занятие.

1 Понятие «поток»
2 Понятие «психологический капитал»
3 Соотношение представлений о психологическом капитале, достижениях личности и успехе

Задания для самостоятельной работы.

Подготовить доклад на тему:

1. Удовлетворенность жизнью и субъективное благополучие как психологические переменные. Методы изучения удовлетворенности жизнью и субъективного благополучия.

2. Эмпирические исследования субъективного благополучия, его социально-демографические и психологические факторы.

3. Качество жизни и подходы к его изучению.

4. Экономическое благополучие и его вклад в удовлетворенность жизнью.

Тема 3. Диагностика психологического благополучия (УК-6)

Лекция.

Личностные, эмоционально-аффективные, когнитивные-оценочные показатели благополучия, подходы к их оценке. Многообразие методик диагностики самоотношения, самовосприятия. Диагностика позитивного восприятия действительности.

Практическое занятие.

1. Личностные, эмоционально-аффективные, когнитивные-оценочные показатели благополучия, подходы к их оценке.
2. Многообразие методик диагностики самоотношения, самовосприятия.
3. Диагностика позитивного восприятия действительности.

Задания для самостоятельной работы.

1. Подобрать комплект методик для диагностики личностных, эмоционально-аффективных, когнитивные-оценочных показателей благополучия
2. Разработать анкету для проведения оценочного интервью.

Тема 4. Психологическое благополучие и саморазвитие личности. (УК-6)

Лекция.

Взаимосвязь ценностных, мотивационных установок, стремления к саморазвитию и самореализации с психологическим благополучием личности. Направленность на саморазвитие как предиктор психологического благополучия. Мотивационно-ценностные конфликты и способы их разрешения. Целеполагание и принятие решений. Самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, жизненные цели, личностный рост как компоненты психологического благополучия. Критерии и восприятие успеха. Практические приемы формирования индивидуальной стратегии достижения успеха.

Практическое занятие.

1. Взаимосвязь ценностных, мотивационных установок, стремления к саморазвитию и самореализации с психологическим благополучием личности.
2. Направленность на саморазвитие как предиктор психологического благополучия.
3. Мотивационно-ценностные конфликты и способы их разрешения.
4. Целеполагание и принятие решений.
5. Самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, жизненные цели, личностный рост как компоненты психологического благополучия.
6. Критерии и восприятие успеха.
7. Практические приемы формирования индивидуальной стратегии достижения успеха.

Тема 5. Направления психологической работы по оптимизации психологического благополучия личности (УК-6)

Лекция.

Повышение уровня самопринятия. Повышение осознанности жизненных целей. Развитие позитивного мышления. Формирование интереса к саморазвитию. Оценка достижений личностного роста. Оптимизация среды.

Практическое занятие.

1. Приемы повышения уровня самопринятия.
2. Приемы повышения осознанности жизненных целей.
3. Приемы развития позитивного мышления.
4. Приемы формирования интереса к саморазвитию.
5. Оценка достижений личностного роста.
6. Оптимизация среды.

Задания для самостоятельной работы.

Подобрать упражнения для тренинга личностного роста, направленные на повышение уровня самопринятия, осознанности жизненных целей, развитие позитивного мышления, формирование интереса к саморазвитию.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

4 семестр

- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 4 среза: 5 баллов, 5 баллов, 10 баллов, 10 баллов
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Социокультурные и теоретико-методологические основания позитивной психологии	Опрос	10	10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии 5-9 баллов - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии. 1-4 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

		Научный доклад	10	10 баллов – студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических и эмпирических исследований последних 3-5 лет в рамках изучаемой дисциплины, демонстрирует оригинальные находки в решении проблемы, намечены перспективы исследования, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Грамотные ответы на дополнительные вопросы 7 баллов - студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических или эмпирических исследований последних 5 лет в рамках изучаемой дисциплины, демонстрирует отдельные оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены отдельными штрихами, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Даны грамотные ответы на отдельные дополнительные вопросы 5 баллов - логика выступления в отдельных местах нарушается, тема исследования раскрывается, опираясь на результаты теоретических исследований последних 10 лет в рамках изучаемой дисциплины, отсутствуют оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены пунктирно, продемонстрированы средние ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов, ответы на вопросы требуют уточнения. 3 баллов – представленные результаты в массе своей не новы, ответ представляет собой простое зачитывание текста, отдельные ответы на дополнительные вопросы требуют уточнения 1 баллов - представленные результаты в массе своей не новы, ответ представляет собой простое зачитывание текста, студент не может дать ответы на дополнительные вопросы
		Эссе(контрольный срез)	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии 3-4 баллов - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии. 1-2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

2.	Счастье и характеристики личности. Концепция психологического благополучия.	Опрос	10	10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии 5-9 баллов - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии. 1-4 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
		Научный доклад	10	10 баллов – студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических и эмпирических исследований последних 3-5 лет в рамках изучаемой дисциплины, демонстрирует оригинальные находки в решении проблемы, намечены перспективы исследования, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Грамотные ответы на дополнительные вопросы 7 баллов - студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических или эмпирических исследований последних 5 лет в рамках изучаемой дисциплины, демонстрирует отдельные оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены отдельными штрихами, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Даны грамотные ответы на отдельные дополнительные вопросы 5 баллов - логика выступления в отдельных местах нарушается, тема исследования раскрывается, опираясь на результаты теоретических исследований последних 10 лет в рамках изучаемой дисциплины, отсутствуют оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены пунктирно, продемонстрированы средние ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов, ответы на вопросы требуют уточнения. 3 баллов – представленные результаты в массе своей не новы, ответ представляет собой простое зачитывание текста, отдельные ответы на дополнительные вопросы требуют уточнения 1 баллов - представленные результаты в массе своей не новы, ответ представляет собой простое зачитывание текста, студент не может дать ответы на дополнительные вопросы

		Эссе(контрольный срез)	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к написанию эссе информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свою точку зрения, приводить примеры из наследия классиков социологии, из жизни общества, современных социологических теорий. 3-4 баллов - студент умеет применять полученную при подготовке к написанию эссе информацию, приводить разные точки зрения на анализируемую проблему, приводить примеры из современной жизни общества. 1 - 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме эссе, не всегда может сформулировать свою точку зрения, текст эссе не проиллюстрирован примерами Если студент не представил эссе или эссе не отвечает вышеперечисленным критериям баллы не начисляются
3.	Диагностика психологического благополучия	Опрос	10	10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии 5-9 баллов - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии. 1-4 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
		Тестирование(контрольный срез)	10	Тест состоит из 10 вопросов. За каждый правильный вопрос начисляется 1 балл. Возможна пересдача теста.
4.	Психологическое благополучие и саморазвитие личности.	Опрос	10	10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии 5-9 баллов - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии. 1-4 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

5.	Направления психологической работы по оптимизации психологического благополучия личности	Опрос	10	10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием психологической терминологии 5-9 баллов - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием психологической терминологии. 1-4 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
		Тестирование(контрольный срез)	10	Тест состоит из 10 вопросов. За каждый правильный вопрос начисляется 1 балл. Возможна пересдача теста.
6.	Премиальные баллы		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов; - выполнение индивидуальных заданий повышенной сложности – 10 баллов
7.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Научный доклад

Тема 1. Социокультурные и теоретико-методологические основания позитивной психологии

Подготовить доклады по темам:

1 История развития философско-этических представлений о счастье в истории мысли.

2. Взгляды Аристотеля на счастье. Гедонизм и эвдемонизм. Объективные и субъективные критерии счастья.

3. Критика философской идеи стремления к счастью как главного принципа поведения

Тема 2. Счастье и характеристики личности. Концепция психологического благополучия.

Подготовить доклад на тему:

1. Удовлетворенность жизнью и субъективное благополучие как психологические переменные. Методы изучения удовлетворенности жизнью и субъективного благополучия.

2. Эмпирические исследования субъективного благополучия, его социально-демографические и психологические факторы.

3. Качество жизни и подходы к его изучению.

4. Экономическое благополучие и его вклад в удовлетворенность жизнью.

Опрос

Тема 1. Социокультурные и теоретико-методологические основания позитивной психологии

1 Основные идеи основателей позитивной психологии (М.Селигман, Дж.Вейлант, Э.Динер, М.Чиксентмихали и др.)
2 Идеи позитивной психологии и гуманистической психологии (в чем сходство, в чем различия)
3 «Позитивная психология» как особое научное направление
4 Основные методологические проблемы современной позитивной психологии

Тема 2. Счастье и характеристики личности. Концепция психологического благополучия.

1 Понятие «поток»
2 Понятие «психологический капитал»
3 Соотношение представлений о психологическом капитале, достижениях личности и успехе

Тема 3. Диагностика психологического благополучия

1. Личностные, эмоционально-аффективные, когнитивные-оценочные показатели благополучия, подходы к их оценке.
2. Многообразие методик диагностики самоотношения, самовосприятия.
3. Диагностика позитивного восприятия действительности.

Тема 4. Психологическое благополучие и саморазвитие личности.

1. Взаимосвязь ценностных, мотивационных установок, стремления к саморазвитию и самореализации с психологическим благополучием личности.
2. Направленность на саморазвитие как предиктор психологического благополучия.
3. Мотивационно-ценностные конфликты и способы их разрешения.
4. Целеполагание и принятие решений.
5. Самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, жизненные цели, личностный рост как компоненты психологического благополучия.
6. Критерии и восприятие успеха.
7. Практические приемы формирования индивидуальной стратегии достижения успеха.

Тема 5. Направления психологической работы по оптимизации психологического благополучия личности

1. Приемы повышения уровня самопринятия.
2. Приемы повышения осознанности жизненных целей.
3. Приемы развития позитивного мышления.
4. Приемы формирования интереса к саморазвитию.
5. Оценка достижений личностного роста.
6. Оптимизация среды.

Тестирование

Тема 3. Диагностика психологического благополучия

1. Состояние, превосходящее состояние простой нормальности, нацеленное на предельные возможности индивидуума:

а) оптимальное психологическое функционирование +

б) минимальное психологическое функционирование

в) максимальное психологическое функционирование

2. Ожидания от связи психосоциальных вмешательств и повышения выживаемости больных с метастатическим раком эмпирически:

а) подтверждаются

б) не подтверждаются +

в) не проверялись

3. Благополучие по Чиксентмихайи складывается из:

а) сложная работа плюс должная степень компетенции, причем сложность работы не должна превышать компетенции

б) простая работа плюс высокие компетенции

в) сложная работа плюс должная степень компетенции, причем сложность работы должна немного превышать компетенции +

4. Частотный анализ произвольного означивания врачами нездоровья предполагает в качестве главного фактора нездоровья:

а) материальное благополучие +

б) страдание

в) одиночество

5. Наличие обратной связи, поддерживающей чувство компетентности субъекта при выполнении деятельности:

а) не влияют на внутреннюю мотивацию

б) стабилизируют внутреннюю мотивацию

в) повышают внутреннюю мотивацию деятельности +

6. Частотный анализ произвольного означивания врачами здоровья предполагает в качестве главного фактора здоровья:

а) социальный статус

б) материальное благополучие +

в) физическая активность

7. Выполнение деятельности из-за чувства заинтересованности:

а) внешняя мотивация

б) приобретенная мотивация

в) внутренняя мотивация +

8. Потребность в самодетерминации осознается как:

а) необходимость быть самому причиной своих действий +

б) необходимость понуждать себя к активным социальным действиям

в) необходимость согласовывать свои потребности с потребностями социума

9. Оптимальная личность или идеальное человеческое состояние характеризуется:

а) адаптивностью

б) малоэффективностью

в) эффективностью +

10. Самоактуализация как оптимальное функционирование связано:

а) с системой мер по удовлетворению физиологических потребностей

б) с ориентированностью главным образом на предельную интенсивность творческих ресурсов, характеризующуюся «пиковыми переживаниями» +

в) с отсутствием дефицита на каждом потребностном уровне

Тема 5. Направления психологической работы по оптимизации психологического благополучия личности

1. Оптимальная личность или идеальное человеческое состояние характеризуется:

а) креативностью +

б) пассивностью

в) активностью

2. Гедонистическая трактовка психологического благополучия определяет благополучие:

а) только посредством переживания позитивных эмоций и отсутствием негативных эмоций

б) только как удовлетворенность жизнью в целом, наличием позитивных и отсутствием негативных эмоций +

в) только посредством переживания удовольствия

3. Оптимальная личность или идеальное человеческое состояние характеризуется:

а) внутренней гармонией +

б) внешним спокойствием

в) внутренними противоречиями

4. В отношении болезни с неблагоприятным краткосрочным прогнозом позитивный аффект:

а) повышает сопротивляемость болезни

б) не влияет на течение болезни

в) может приносить ущерб здоровью +

5. Оптимальная личность или идеальное человеческое состояние характеризуется:

а) связанностью с внешним миром +

б) связанностью с внутренним миром

в) абстрагированием от внешнего мира

6. Согласно теории самодетерминации Райана-Деси психологическое благополучие связано в первую очередь со способностью человека:

а) к самовознаграждению при достижении поставленных целей

б) осуществлять самостоятельный выбор направления саморазвития +

в) самостоятельно решать текущие задачи адаптации

7. Оптимальная личность или идеальное человеческое состояние характеризуется:

а) трансцгеменцией

б) транспордером

в) трансценденцией +

8. Ощущение самодетерминации снижают:

а) отсутствие жестких внешних требований к человеку

б) жесткие внешние требования к человеку +

в) внезапно изменяющиеся материальные условия деятельности

9. Основными задачами по формированию психологического благополучия являются:

а) оказывать содействие креативному стилю деятельности и инициировать креативный стиль общения в значимом окружении

б) оказывать содействие окружающим в совместной с ними деятельности и оценивать результаты деятельности с точки зрения общего смысла

в) оказывать содействие появлению опыта внутренне мотивированного поведения и способствование переходу стратегий приобретенных в этом опыте в ценностную сферу +

10. Формирование благополучия по логическим уровням предполагает, что:

а) изменения, происходящие на одном уровне всегда приводят к изменениям на всех уровнях

б) изменения, происходящие на более высоком логическом уровне всегда вызывают изменения на более низких уровнях +

в) изменения, происходящие на одном уровне не влияют на изменения на другом уровне

Эссе

Тема 1. Социокультурные и теоретико-методологические основания позитивной психологии

1. Уровни здоровья, их взаимодействие. Теории позитивного здоровья.

2. Влияние позитивных эмоций на здоровье и другие аспекты жизни. Теория Б. Фредериксон.

3. Стратегии совладания со стрессом. Жизнестойкость.

4. Интервенции, направленные на повышение благополучия.

Тема 2. Счастье и характеристики личности. Концепция психологического благополучия.

1. Оптимизм, возможности его формирования. Диспозициональная теория оптимизма Ч.Карвера и М.Шрайера. Атрибутивная теория оптимизма М.Селигмана. Психология надежды.
2. Методы диагностики оптимизма.

3. Влияние позитивных эмоций на психологическое функционирование.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (УК-6)

1 Ведение в позитивную психологию; основные идеи, история становления, современные тенденции.
2 Три уровня позитивной психологии.
3 Методологические основы и проблемы современной позитивной психологии.
4 «Созидание смысла» в позитивной психологии: ценности, мотивации, жизненные цели.
5 Позитивная психотерапия.
6 Будущее позитивной психологии.
7 Основные идеи основателей позитивной психологии (М.Селигман, Дж.Вейлант, Э.Динер, М.Чиксентмихали и др.)
8 Идеи позитивной психологии и гуманистической психологии (в чем сходство, в чем различия)
9 «Позитивная психология» как особое научное направление
10 Основные методологические проблемы современной позитивной психологии
11 История развития философско-этических представлений о счастье в истории мысли.
12 Взгляды Аристотеля на счастье. Гедонизм и эвдемонизм. Объективные и субъективные критерии счастья.
13 Критика философской идеи стремления к счастью как главного принципа поведения

14 Взгляд на счастье и субъективное благополучие в позитивной психологии. Понятия «поток», «психологический капитал», «духовность» в позитивной психологии, их связь с представлениями о счастье и творчестве.
15 Удовлетворенность жизнью и субъективное благополучие как психологические переменные.
16 Методы изучения удовлетворенности жизнью и субъективного благополучия.
17 Эмпирические исследования субъективного благополучия, его социально-демографические и психологические факторы.
18 Качество жизни и подходы к его изучению.
19 Экономическое благополучие и его вклад в удовлетворенность жизнью.

Типовые задания для зачета (УК-6)

не предусмотрено

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	УК-6	Демонстрирует навыки проектирования траектории своего профессионального роста и личностного развития, расширения своего профессионального кругозора
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	УК-6	Не демонстрирует навыки проектирования траектории своего профессионального роста и личностного развития, расширения своего профессионального кругозора

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;

- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.

- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентаци, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели. ссылки на ресурсы. соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы:

- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Дубровина И. В. Психологическое благополучие школьников : Учебное пособие для вузов. - Москва: Юрайт, 2021. - 140 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: https://urait.ru/bcode/472972

2. Джидарьян И. А. Психология счастья и оптимизма. - Москва: Институт психологии РАН, 2013. - 272 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=221215

3. Любомирски С. Психология счастья : новый подход. - СПб [и др.]: Питер, 2014. - 352 с.

4. Селигман, Мартин Как научиться оптимизму: Измените взгляд на мир и свою жизнь. - 2021-03-26; Как научиться оптимизму: Измените взгляд на мир и свою жизнь. - Москва: Альпина Паблишер, 2019. - 344 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/82814.html

6.2 Дополнительная литература:

1. Карл, Роджерс Брак и его альтернативы. Позитивная психология семейных отношений. - Весь срок охраны авторского права; Брак и его альтернативы. Позитивная психология семейных отношений. - Москва: Этерна, 2012. - 320 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/45901.html

2. Корниенко, Д. С., Козлов, А. И. Психологическое благополучие: свойства личности и самосохранительное поведение : монография. - Весь срок охраны авторского права; Психологическое благополучие: свойства личности и самосохранитель. - Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2018. - 117 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/104176.html

3. Семенова, Л. Э. Психологическое благополучие субъектов инклюзивного образования : учебно-методическое пособие. - Весь срок охраны авторского права; Психологическое благополучие субъектов инклюзивного образования. - Саратов: Вузовское образование, 2019. - 84 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/84679.html

4. Скачкова, Л. С., Щетинина, Д. П., Яковлева, Е. А., Филоненко, Ю. В., Клименко, Л. В., Крячко, В. И. Субъективное благополучие научно-педагогических работников (по материалам межрегионального социологического исследования 2018–2020 гг.) : монография. - Весь срок охраны авторского права; Субъективное благополучие научно-педагогических работников (по ма. - Ростов-на-Дону, Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2020. - 204 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/115531.html

5. Старшинова, А. В., Панкова, С. Н., Архипова, Е. Б., Миронова, М. В., Смолина, Н. С., Шарф, А. С., Якимова, О. А. Методология исследования социального развития и благополучия: учебные кейсы и практические задания : учебное пособие. - 2022-08-31; Методология исследования социального развития и благополучия: учебные кейсы и практическ. - Екатеринбург: Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016. - 168 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/68257.html

6. Анисимова М. Н. Онтология счастья : монография. - Тюмень: Тюменский государственный университет, 2017. - 166 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571768

7. Холл Э. Счастье по Аристотелю. Как античная философия может изменить вашу жизнь : научно-художественное издание. - Москва: Альпина нон-фикшн, 2019. - 298 с. - Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента вуза и медвуза [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785001390879.html

6.3 Иные источники:

1. Журнал «Мир психологии» - http://www.mpsu.ru/mag_mir_psyhologii_content
2. Журнал «Психологический журнал» - http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/psihologic.html
3. Журнал «Психология. Журнал высшей школы экономики» - https://jsps.hse.ru/index.php/psychology/issue/archive
4. Библиотека психологической литературы. BOOKAP (Books of the psychology) - http://bookap.info
5. Электронная библиотека института психологии РАН - http://ipras.ru/cntnt/rus/media/on-layn-bibliote/knigi1.html
6. Электронная библиотека учебников. Учебники по психологии - http://studentam.net/content/category/1/15/24/

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Office 2007

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» . – URL: https://rusneb.ru
2. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка». – URL: https://cyberleninka.ru
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: https://elibrary.ru
4. Российская государственная библиотека: официальный сайт. – URL: https://www.rsl.ru
5. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. – URL: https://www.prlib.ru
6. Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина: официальный сайт. – URL: http://www.tambovlib.ru

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.