

Министерство науки и высшего образования  
Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Донецкий государственный университет»

Биологический факультет  
Кафедра общей психологии

УТВЕРЖДАЮ  
проректор

\_\_\_\_\_ П.А. Машаров  
«17» апреля 2025 г.  
МП

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ**

Укрупненная группа направлений подготовки	44.00.00 Образование и педагогические науки
Программа высшего образования	Программа бакалавриата
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профиль подготовки	Английский язык и психология
Квалификация	Бакалавр
Форма обучения	Очная

Рабочая программа адаптирована для лиц  
с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Донецк 2025

Рабочая программа дисциплины **«Психология здоровья»** для обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (Профиль: Английский язык и психология) составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «22» февраля 2018 г. № 125 (с изменениями и дополнениями), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры от 06.04.2021 г. № 245 (с изм. и доп.), в соответствии с учебным планом, утвержденным Ученым советом ФГБОУ ВО «ДонГУ» для набора 2025 года.

Разработчик:

старший преподаватель кафедры общей психологии

Н. С. Хвасько

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры общей психологии  
Протокол от 14.04.2025 г. № 9.

Заведующий кафедрой

А. В. Гордеева

СОГЛАСОВАНО:

Декан факультета иностранных языков  
16.04.2025 г.

Н. Е. Гапотченко

Учебно-методическая комиссия факультета иностранных языков.  
Протокол от 16.04.2025 г. № 4.  
Председатель

О. Л. Бессонова

Руководитель основной образовательной программы,  
д-р фил. наук, проф.  
14.04.2025 г.

О. Л. Бессонова

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Требования к предварительной подготовке обучающихся, предшествующие и сопутствующие дисциплины, на которых основывается изучение данной:

«Общая психология», «Возрастная психология».

1.2. Дисциплины, курсовые работы и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее:

«Патопсихология», «Психолого-психологическое сопровождение образования», «Специальная психология», используются при написании выпускной квалификационной работы

## 2. ОПИСАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Общая характеристика

Наименование показателя	Значение показателя
Название образовательной программы	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Профиль: Английский язык и психология
Шифр и название в соответствии с учебным планом	Б1.В.ДВ.2.2 Психология здоровья
Часть образовательной программы	Дисциплина по выбору: выбор обучающегося
Количество зачетных единиц / всего часов	2 / 72

В случае предъявления от обучающегося или его родителя (законного представителя) заявления на обучение по адаптированной образовательной программе высшего образования, подкрепленного заключением психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК) или медико-социальной экспертизы (МСЭ) с рекомендациями создания индивидуальной программы реабилитации и абилитации (ИПРА), данная рабочая программа может быть адаптирована с учетом индивидуальных особенностей здоровья обучающегося.

### 2.2. Распределение часов по формам и периодам обучения

Форма обучения	курс	семестр	Общее количество часов					Форма контроля
			лекционных	лабораторных	практических	самостоятельной работы	всего	
Очная	4	7	17	–	17	38	72	зачет

## 3. ЦЕЛИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель изучения дисциплины – формирование у обучающихся общепрофессиональных компетенций в области психологии здоровья.

Задачи:

- освоение основных форм практического использования знаний по психологии здоровья;
- овладение студентами принципами и методами психологии здоровья;
- формирование у студентов методологических основ анализа протекания психических процессов в норме и патологии;

**4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ  
ОСВОЕНИЯ КОМПОНЕНТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ, ИХ ИНДИКАТОРЫ  
И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

Компетенции	Индикаторы	Результаты обучения
ПК-3. Способен организовывать и проводить психологическое (диагностическое) обследование детей и обучающихся с использованием стандартизированного инструментария, разрабатывать и проводить коррекционно-развивающие и реабилитационные занятия, участвовать в создании психологически комфортной и безопасной образовательной среды для всех субъектов образовательного процесса, внедрять индивидуальные траектории обучения и развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и трудностями обучения	ИПК-3.1. Умеет оказывать психологическую помощь семьям с детьми.	ИПК-3.1.1 Знает теоретические основы оказания психологической помощи семьям и детям; систему социально-профилактических и коррекционно-реабилитационных технологий, адресованных различным категориям детей и подростков; осведомлен в социально-педагогических технологиях по волонтерской работе;
	ИПК-3.2. Знает технологии и практики оказания психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы, умеет оказывать психологическое сопровождение профессиональной деятельности.	ИПК-3.1.2 Умеет осуществлять деятельность по социально-психологическому сопровождению и психологической помощи отдельным лицам и социальным группам. ИПК-3.1.3 Владеет навыками оказания психологической помощи семьям и детям; ИПК-3.2.1 Знает теоретические основы технологий и практики оказания психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы; ИПК-3.2.2 Умеет оказывать психологическое сопровождение работникам органов и организаций социальной сферы, ИПК-3.2.3 Владеет навыками психологического сопровождения работникам органов и организаций социальной сферы;

**5. ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

Название темы	Краткое содержание темы (вопросы темы)
<b>Раздел 1. Теоретические и методологические основы психологии здоровья</b>	
1. Психология здоровья как новое научно-практическое направление современной психологии	1.1 Комплексность и междисциплинарный характер психологии здоровья.

	<p>1.2 Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками. Связь психологии здоровья с психогигиеной и психопрофилактикой.</p> <p>1.3 Вклад В.М. Бехтерева в разработку проблемы психического здоровья личности.</p> <p>1.4 Современные направления исследований в области психологии профессионального здоровья.</p>
2. Функции, критерии и компоненты профессионального здоровья	<p>2.1 Отношение к здоровью, как один из элементов самосохранительного поведения.</p> <p>2.2 Работоспособность как важнейший критерий профессиональной работоспособности.</p> <p>2.3 Стресс, как нарушение в функционировании физиологических механизмов.</p> <p>2.4 Организационные стресс-факторы и факторы риска возникновения и развития профессиональных заболеваний.</p>
3. Оценка и самооценка профессионального здоровья	<p>3.1 Оценка и самооценка физического здоровья.</p> <p>3.2 Оценка и самооценка психического здоровья.</p> <p>3.3 Структура и признаки психологического здоровья личности.</p> <p>3.4 Критерии и оценка социального здоровья.</p>
Раздел 2. Факторы здоровья человека	
4. Влияние внешних и внутренних факторов на здоровье человека	<p>4.1 Описание факторов в работах Д. П. Дербенева, И. Н. Гурвича, Л. В. Куликова.</p> <p>4.2 Влияние внешних (биологические; социально-психические: микросоциальные; прочие социальные и психологические; поведенческие) и внутренних факторов на здоровье человека.</p> <p>4.3 Значимость социального фактора.</p> <p>4.4 Влияние внутренних факторов (индивидуальные особенности, потребности, пол, возраст, интеллектуально-личностные особенности).</p>
5. Методы диагностики уровня стресса	<p>5.1 Диагностика психического состояния и уровня стресса.</p> <p>5.2 Диагностика стрессоустойчивости и индивидуально-психологических особенностей, влияющих на предрасположенность к стрессу.</p> <p>5.3 Анализ стиля жизни и выявление копинг-стратегий.</p> <p>5.4 Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.</p>
6. Методы развития ресурсов стрессоустойчивости	<p>6.1 Методы и средства преодоления стресса и выгорания у представителей коммуникативных профессий.</p> <p>6.2 Теоретические исследования в области ресурсов преодоления стресса и выгорания.</p> <p>6.3 Классификация личностных, социальных и поведенческих ресурсов стрессоустойчивости.</p>

	6.4 Влияние целей, ценностей, убеждений, установок на здоровье и самочувствие личности. Отношением к религии, поиску смысла жизни, системе верований. 6.5 Влияние родительских сценариев и самореализующихся предсказаний на жизненный путь личности.
--	--

## 6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Форма обучения – очная, курс – 4, семестр – 7

Наименования разделов и тем	Количество часов				
	Лекц.	Лабор.	Практ.	СРС	Всего
Раздел 1. Теоретические и методологические основы психологии здоровья	<b>8</b>	–	<b>8</b>	<b>18</b>	<b>34</b>
1. Психология здоровья как новое научно-практическое направление современной психологии	2	–	2	6	10
2. Функции, критерии и компоненты профессионального здоровья	3	–	3	6	12
3. Оценка и самооценка профессионального здоровья	3	–	3	6	12
Раздел 2. Факторы здоровья человека	<b>9</b>	–	<b>9</b>	<b>20</b>	<b>38</b>
4. Влияние внешних и внутренних факторов на здоровье человека	3	–	3	6	12
5. Методы диагностики уровня стресса	3	–	3	7	13
6. Методы развития ресурсов стрессоустойчивости	3	–	3	7	13
<b>ИТОГО ПО КОМПОНЕНТУ ОПОП</b>	<b>17</b>	–	<b>17</b>	<b>38</b>	<b>72</b>

## 7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (СРЕДСТВА) ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 7.1. Контрольные вопросы

#### Раздел 1. Теоретические и методологические основы психологии здоровья

1. Современные направления исследований в области психологии профессионального здоровья.
2. Системный подход к определению здоровья.
3. Разработки в области критериев здоровой личности.
4. Уровни здоровья: физическое, психическое, психологическое, социальное, профессиональное.
5. Понятие «физическое здоровье». Факторы физического здоровья. Психическое здоровье.
6. Нарушения психического здоровья.
7. Описания психологического здоровья в различных теориях личности.
8. Социальное здоровье.
9. Социальные изменения и здоровье общества.
10. Отношение к здоровью, как один из элементов самосохранительного поведения.
11. Работоспособность как важнейший критерий профессиональной работоспособности.
12. Стресс, как нарушение в функционировании физиологических механизмов.

13. Организационные стресс-факторы и факторы риска возникновения и развития профессиональных заболеваний.
14. Критерии и оценка социального здоровья.

## Раздел 2. Факторы здоровья человека

15. Описание внешних и внутренних факторов в работах Д. П. Дербенева, И. Н. Гурвича, Л. В. Куликова.
16. Влияние внешних и внутренних факторов на здоровье человека.
17. Значимость социального фактора.
18. Влияние внутренних факторов на здоровье человека.
19. Теория стресса.
20. Классификация причин стрессов.
21. Влияние стрессов на рабочие показатели и эффективность деятельности организации.
22. Последствия влияния стрессовых факторов на организм и психику человека на уровне поведенческих реакций, в сфере познавательных процессов, в психомоторике, в особенностях протекания физиологических реакций.
23. Биохимические показатели состояния стресса.
24. Причины стрессов, характерных для профессий «Человек-Человек».
25. Специфика стрессов в управленческой деятельности.
26. Специфика стрессоров менеджеров низшего, среднего и высшего звена.
27. Психологические факторы и организационные причины, вызывающие стресс на рабочем месте и влияющие на организационное поведение работников.
28. Диагностика психического состояния и уровня стресса.
29. Диагностика стрессоустойчивости и индивидуально-психологических особенностей, влияющих на предрасположенность к стрессу.
30. Анализ стиля жизни и выявление копинг-стратегий.
31. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.
32. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления.
33. Подходы к описанию феномена выгорания.
34. Процессуальные модели выгорания Дж. Гринберга, модель Б. Перлмана и Е.А.Хартмана.
35. Фазовая модель выгорания Голембиевского и Мунзенридера.
36. Влияние выгорания на здоровье и психологическое самочувствие менеджеров.
37. Программы профилактики выгорания у менеджеров.
38. Методы снижения риска выгорания персонала в организации.
39. Синдром хронической усталости, профессиональные деформации личности, трюдоголизм, прокрастинация, моббинг, буллинг, агрессия на работе.

## 7.2. Темы докладов (рефератов)

40. 1. Понятие «физическое здоровье». Факторы физического здоровья. Психическое здоровье.
41. Нарушения психического здоровья.
42. Описания психологического здоровья в различных теориях личности.
43. Социальное здоровье.
44. Социальные изменения и здоровье общества.
45. Отношение к здоровью, как один из элементов самосохранительного поведения.
46. Работоспособность как важнейший критерий профессиональной работоспособности.
47. Стресс, как нарушение в функционировании физиологических механизмов.
48. Организационные стресс-факторы и факторы риска возникновения и развития профессиональных заболеваний.

49. Понятия «профессиональное здоровье», «надежность профессиональной деятельности», «профессиональная адаптация», «здоровый образ жизни».
50. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности.
51. Психологическая безопасность труда.
52. Психологические и личностные факторы, влияющие на отношение менеджеров к своему здоровью.
53. Оценка и самооценка физического здоровья.
54. Оценка и самооценка психического здоровья.
55. Структура и признаки психологического здоровья личности.
56. Критерии и оценка социального здоровья.
57. Описание внешних и внутренних факторов в работах Д. П. Дербенева, И. Н. Гурвича, Л. В. Куликова.

### 7.3. Темы письменных работ (типы задач)

#### Ситуационная задача 1.

Женщина И., 42 года. Восемь лет страдает от алкогольной зависимости. У нее отмечается хроническая фрустрация базовых потребностей: в безопасности, в защищенности, в принадлежности к социальной группе, в привязанности, внимании и любви со стороны окружающих. Поменялось содержание потребностей и мотивов, их структура. Смыслообразующий мотив поведения – потребность в алкоголе, все остальные потребности отходят на задний план.

Вопросы:

1. Укажите вид деструкции личности у женщины И.
2. Перечислите частные деструктивные изменения личности.
3. Перечислите глубокие деструктивные изменения личности.
4. Дайте определение здоровья по ВОЗ.
5. Дайте определение образа жизни по Лисицину.

#### Ситуационная задача 2.

Мужчина А., 27 лет, ведет здоровый образ жизни. При этом: ориентируется на постоянное личностное развитие, доверяет собственным ресурсам, другим людям, жизни в целом. Обладает высоким уровнем саморегуляции и способностью адекватного приспособления к меняющимся условиям среды.

Вопросы:

1. К какому виду здоровья можно отнести мужчину в данной задаче?
2. Опишите три компонента данного вида здоровья по Ф.Р. Филатову.
3. Какие еще можно выделить критерии описанного в задаче вида здоровья?
4. Опишите критерии физического здоровья.
5. Опишите основные признаки физического нездоровья.

#### Ситуационная задача 3.

Василий, 29 лет. Женат. Врач-терапевт. Пришел работать в областную больницу и столкнулся с жесткими принципами начальства. Неуважение в сторону В. не выбило его из равновесия. Он также целеустремленно и настойчиво проявлял себя в своей деятельности. По характеру Василий дисциплинированный, решительный и настойчивый, всегда доводит дело до конца.

Вопросы:

1. Дайте определение понятию «психологическая устойчивость личности».
2. Какие компоненты психологической устойчивости Вы знаете?
3. Перечислите факторы, формирующие здоровье.
4. Охарактеризуйте понятие «верование».

## 5. Назовите главный критерий психического здоровья.

### Ситуационная задача 4.

Девушка К. в повседневной жизни энергичная и подвижная девушка, постоянно занята изучением чего-то нового, имеет множество друзей и знакомых. В коллективе проявляет себя как лидер. На работе она стремится любыми способами достичь успеха, даже если для этого придётся «идти по головам», вследствие чего зачастую у неё возникают проблемы в сфере межличностных отношений. Для неё важно быть всегда и во всём лучше остальных, мечтает достичь высот в карьере. В ситуациях постоянного стресса появляется бессонница, а также дискомфорт в области сердца. Чтобы успокоиться, предпочитает выкуривать пару сигарет.

Вопросы:

1. Дайте определение понятию «внутренняя картина здоровья».
2. Какие компоненты включает в себя внутренняя картина здоровья?
3. Перечислите элементы «цветка потенциалов» В.А. Ананьева.
4. К какому диспозиционному типу относится К.?
5. Укажите симптомы стресса, свойственные данному типу.

### Ситуационная задача 5.

В поликлинику по месту жительства обратилась женщина 36 лет для прохождения дополнительной диспансеризации, после прохождения которой пациентка отнесена к первой группе диспансерного наблюдения. На приеме пациентка интересовалась мероприятиями, необходимыми для поддержания своего здоровья.

Вопросы:

1. Куда необходимо направить данную женщину?
2. Перечислите какие исследования необходимо провести данной пациентке?
3. Сколько раз в год необходимо проходить данные обследования?
4. Какие вопросы о образе жизни необходимо задать данной пациентке?
5. Какие рекомендации должна получить женщина после прохождения обследований?

## 8. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ БАЛЛОВ, КОТОРЫЕ ПОЛУЧАЮТ ОБУЧАЮЩИЕСЯ

Общая оценка знаний обучающихся по дисциплине проводится по 100-балльной шкале исходя из максимума, приведенного в таблице ниже. Организационно-учебная работа в аудитории оценивается на основе таких критериев как посещаемость занятий, своевременное и качественное выполнение домашних заданий, активность во время проведения лекционных и практических занятий (участие в обсуждении текущего и пройденного материала, решение задач и т.п.).

### 8.1. Семестр 7, очная форма обучения

Номера разделов	Виды работ	Максимальное количество баллов
Раздел 1	Организационно-учебная работа студента	12
	Самостоятельная работа	13
	Модульная контрольная работа	10
	Итого	35
Раздел 2	Организационно-учебная работа студента	13
	Самостоятельная работа	12
	Итого	25

Зачет	40
Общий итог	100

## Соответствие баллов оценке

Количество баллов из 100	ECTS	Оценка по пятибалльной шкале	
		Экзамен, дифференцированный зачет	Зачет
90-100	A	отлично	зачтено
80-89	B	хорошо	зачтено
75-79	C		зачтено
70-74	D	удовлетворительно	зачтено
60-69	E		зачтено
35-59	FX	неудовлетворительно	не зачтено
0-34	F		не зачтено

## 9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Учебные занятия проводятся в учебном корпусе института физической культуры и спорта университета по адресу: 83048, г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80. Для проведения лекционных и практических занятий требуется аудитория, оборудованная меловой или маркерной доской, мультимедийный проектор и экран, ноутбук, комплект учебной мебели для студентов, рабочее место преподавателя. Выход в Интернет проводной или с использованием Wi-Fi.

Для самостоятельной работы используются текстовые и электронные ресурсы Научной библиотеки университета и других электронных библиотечных баз данных, учебно-методическое обеспечение, представленное на официальном сайте университета (по ссылке: <http://donnu.ru/sveden/objects>).

В процессе обучения студенты имеют возможность использовать учебные материалы по дисциплине «Общая психология с практикумом», размещенные на платформе Moodle Центра дистанционного образования ФГОУ ВО «ДонГУ». С использованием ресурсов платформы дистанционного образования также осуществляется текущий контроль знаний студентов на основе тестирования и проверки результатов самостоятельной работы.

С использованием ресурсов платформы дистанционного образования осуществляется текущий контроль знаний обучающихся на основе тестирования и проверки результатов самостоятельной работы.

## 10. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

## 10.1. Основная литература

1. Психология профессионального здоровья [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности / Сост. Э.А. Ангелина; ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет». – Донецк: ДонНУ, 2020. – 80 с.

2. Никольский, А.В. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека : учебник для вузов / А.В. Никольский. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 303 с. (Книга доступна на образовательной платформе «Юрайт» [urait.ru](http://urait.ru)).

3. Петрушин, В.И. Психология здоровья : учебник для вузов / В.И. Петрушин, Н.В. Петрушина. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 381 с. (Книга доступна на образовательной платформе «Юрайт» [urait.ru](http://urait.ru)).

4. Печеркина, А.А. Профессиональное здоровье педагога : учебное пособие для вузов / А.А. Печеркина, М.Г. Синякова, Н.И. Чуракова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 136 с. (Книга доступна на образовательной платформе «Юрайт» urait.ru).

5. Байкова, Л.А. Психология здоровья : социальное здоровье детей и молодежи : учебное пособие для вузов / Л.А. Байкова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 216 с. (Книга доступна на образовательной платформе «Юрайт» urait.ru).

## 11.2 Дополнительная литература

6. Кацero, А. А. Современные проблемы психологии труда и его безопасности [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / А. А. Кацero ; Донецкий нац. ун-т. - Донецк : ДонНУ, 2016. - Электронные данные (1 файл).

7. Бунтовская, Л. Л. Физиология и психология труда [Электронный ресурс] : учебник / [Л. Л. Бунтовская] ; ГОУ ВПО Донецкий национальный университет, Экономический факультет, Кафедра управления персоналом и экономики труда. - Донецк : ДонНУ, 2016. - Электронные данные (1 файл).

8. Бунтовская, Л. Л. Физиология и психология труда : учебник / Л. Л. Бунтовская : ГОУ ВПО "Донецкий национальный университет", Экономический факультет, Кафедра управления персоналом и экономики труда. - Донецк : ГОУ ВПО "ДонНУ", 2016. - 226 с.

## 11. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. **Национальная электронная библиотека (НЭБ):** федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ; Российская государственная библиотека. – Москва, 2019- . – URL: <https://rusneb.ru/> (дата обращения: 31.03.2025). – Режим доступа: свободный, подписка. Необходима установка программного обеспечения. – Текст: электронный.

2. **eLIBRARY.RU:** научная электронная библиотека: сайт. – Москва, 2000- . – URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 31.03.2025). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

3. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: сайт / Ассоциация «Открытая наука». – Москва, 2014- . – URL: <https://cyberleninka.ru/>. – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.

4. Электронно-библиотечная система «Лань»: [сайт]. – URL: <https://e.lanbook.com> (дата обращения: 31.03.2025). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

5. **ЭБС Юрайт:** электронная библиотечная система: сайт. – Москва, 2013. – URL: <https://biblio-online.ru> (дата обращения: 31.03.2025). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

6. **Электронно-библиотечная система ДонГУ:** сайт / ФГБОУ ВО «ДонГУ». – Донецк, 2016- . – URL: <http://library.donnu.ru/> (дата обращения: 31.03.2025). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.

7. **Электронный каталог** Научной библиотеки ДонГУ: раздел сайта / НБ ДонГУ. – Текст: электронный // ЭБС ДонГУ: сайт. – URL: <http://library.donnu.ru/catalog/> (дата обращения: 31.03.2025). – Режим доступа: поиск свободный, электронные документы – для пользователей ДонГУ.

8. **Электронный архив ДонГУ:** раздел сайта / НБ ДонГУ. – Текст: электронный // ЭБС ДонГУ: сайт. – URL: <http://repo.donnu.ru/> (дата обращения: 31.03.2025). – Режим доступа: свободный.

## 12. ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Windows 7 PRO (корпоративная лицензия ДонГУ № 46484614)
2. Microsoft Office (корпоративная лицензия ДонГУ № 46472919)
3. Microsoft Visual Studio (лицензия программы Dream Spark для высших учебных заведений)
4. Антивирус Касперского, Adobe Acrobat Reader, xPDF (лицензии GPL, Apache, BSD для свободного программного обеспечения).