

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Беспалов Владимир Александрович Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Должность: Ректор НИЭТ

Дата подписания: 16.07.2024 13:20:41 Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

Уникальный программный ключ:

ef5a4fe6ed0ffdf3f1a49d6ad1b49464dc1bf7354f736876c8f85ca95213a03 «Национальный исследовательский университет «Московский институт электронной техники»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

А.Г.Балашов

«21» 12 2023 г.

М.П.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях»

Направление подготовки – 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»

Направленность (профиль) – «Учитель информатики и иностранного языка»

Москва 2023

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

Дисциплина участвует в формировании следующих компетенций образовательных программ:

Компетенции	Подкомпетенции, формируемые в дисциплине	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.ПУЧС Способен осуществлять поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в чрезвычайных ситуациях (ЧС)	Знает: способы и методы поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в ЧС; Умеет: осуществлять поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека и использовать их на практике; Имеет опыт: поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека.
УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.ПУЧС Способен применять психологические знания для создания и поддержания безопасных условий жизни в условиях чрезвычайных ситуаций (ЧС)	Знает: теоретические основы безопасности жизнедеятельности; Умеет: применять знания основ безопасности жизнедеятельности в научно-исследовательской, просветительской и других видах деятельности; Имеет опыт: работы с методами и приемами защиты, позволяющими минимизировать возможный ущерб личности и обществу в возможных чрезвычайных ситуациях.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Данная дисциплина относится к циклу практических дисциплин и является факультативной дисциплиной. Для ее освоения обучающимися используются знания, умения и навыки, приобретенные при изучении дисциплин «Психология», «Безопасность жизнедеятельности». Дисциплина способствует формированию у студентов умений и навыков, необходимых для решения актуальных задач в области своей будущей профессиональной деятельности.

Целью изучения дисциплины «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» является подготовка студентов, способных понимать и контролировать своё психологическое состояние благодаря сформированной психологической устойчивости к действиям в чрезвычайных ситуациях, эффективному использованию ресурсов собственного организма и психики в профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- ✓ Ознакомить обучающихся с основными понятиями и положениями, связанными с психологическими последствиями стресса и особенностями реагирования в экстремальных ситуациях;
- ✓ Сформировать навыки управления собственным психологическим состоянием в условиях профессионального стресса;
- ✓ Приобрести знания о закономерностях психологического воздействия и возможных последствиях особых и экстремальных условий деятельности;
- ✓ Ознакомить обучающихся с проблемой предупреждения нарушений и способами сохранения профессионального и психологического здоровья;
- ✓ Сформировать навыки по саморазвитию с использованием рефлексивных практик, применимые в течение всей жизни

✓ 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Курс	Семестр	Общая трудоёмкость (ЗЕ)	Общая трудоёмкость (часы)	Контактная работа			Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация
				Лекции (часы)	Лабораторные работы (часы)	Практические занятия (часы)		
3	5	2	72	12	-	36	24	3а

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№ и наименование модуля	Контактная работа			Самостоятельная работа	Формы текущего контроля
	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия		
1. Теоретические основы изучения экстремальной ситуации и стресса.	4	-	-	2	Тестирование
2. Психологическая устойчивость. Профессиональное здоровье.	4	12	-	6	Выступление с докладом
3. Виды стресса. Механизмы адаптации.	4	8	-	8	Индивидуальное задание
4. Психическая травма. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).	-	16	-	8	Ролевая игра

4.1. Лекционные занятия

№ модуля дисциплины	№ лекционного занятия	Объем занятий (часы)	Наименование занятия
1.	1	2	Общая характеристика, предмет и задачи дисциплины.
	2	2	Понятия экстремальной и критической ситуации и их динамика.
2.	3	2	Психологическая устойчивость, основные показатели и критерии.
	4	2	Профессиональное здоровье, психическое здоровье и способы их сохранения.
3.	5	2	Теоретические подходы к проблеме стресса и их развитие в научных исследованиях.
	6	2	Адаптация. Особенности адаптации в экстремальной ситуации.

4.2. Практические занятия

№ модуля дисциплины	№ практического занятия	Объем занятий (часы)	Наименование занятия
2	1	4	Правила психологического практикума. Меры безопасности.

	2	4	Формирование навыков рефлексии.
	3	4	Оценка и развитие познавательного компонента психологической устойчивости.
3	4	4	Психологический практикум. Формирование психологической устойчивости.
	5	4	Дальнейшее формирование навыков рефлексии.
4	6	4	Диагностика стрессовых реакций.
	7	4	Оценка и развитие двигательного и волевого компонента психологической устойчивости.
	8	4	Формирование навыка взаимодействия с аффективными реакциями.
	9	4	Знакомство с приёмами саморегуляции.

4.3. Лабораторные занятия

[Не предусмотрены].

4.4. Самостоятельная работа студентов

№ модуля дисциплины	Объем занятий (часы)	Вид СРС
1	2	Повторение теоретического материала лекции.
2	2	Психологическая устойчивость личности и её компоненты.
	2	Структура профессионального здоровья и факторы его сохранения.
	2	Сплочение коллектива.
3	2	Типичные последствия стресса и проблемы их преодоления.
	2	Классификация и диагностика стресса.
	2	Модель адаптации к экстремальной ситуации.
	2	Преодоление профессионального выгорания.
4	2	Психологические последствия воздействия факторов ЧС.
	2	Основные подходы к феномену психической травмы.
	2	Группы симптомов посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) и работа с ним.
	2	Психологические особенности человека и оказание помощи.

4.5. Примерная тематика курсовых работ (проектов)

[Не предусмотрены].

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы студентов в составе УМК дисциплины (ОРИОКС, <http://orioks.miet.ru/>):

Материалы для подготовки к практическим занятиям, к самостоятельным работам, зачету: основная и дополнительная литература, материалы лекций.

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Литература

1. Морозюк, С. Н. Психология личности. Психология характера : учебное пособие для вузов / С. Н. Морозюк. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 217 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-06609-8. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/516118> (дата обращения: 31.08.2023).
2. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 294 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-16773-3. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/531683> (дата обращения: 21.08.2023).
3. Собольников, В. В. Психология профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях : учебное пособие для вузов / В. В. Собольников. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 192 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-08656-0. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/515608> (дата обращения: 21.12.2023).
4. Шарапов, А. О. Экстренная психологическая помощь : учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. В. Логинова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 212 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11584-0. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/518400> (дата обращения: 21.12.2023).

Периодические издания

[Не предусмотрены].

7. ПЕРЕЧЕНЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ БАЗ ДАННЫХ, ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

[Не предусмотрены].

8. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Социальная сеть ВКонтакте и мессенджер Telegram для организации групповых форм работы, а также текущей коммуникации между участниками учебного процесса. Веб-сервис MOODLE для проведения тестов и презентаций.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование учебных аудиторий и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность учебных аудиторий и помещений для самостоятельной работы	Перечень программного обеспечения
Учебная аудитория	Специализированная мебель (место преподавателя, посадочные места для студентов) Материально-техническое оснащение: Моноблок Lenovo F0AM0092RK, проектор Panasonic PT-VW535N, экран Mediavisor, экран рулонный настенный, телевизор Panasonic TX-85XR940, телевизор LG 55UF771V, клавиатура Lenovo SK-8861, мышь Lenovo ZTM600, радиосистема Shure BLX88E K3E, акустика JBL PRX700, акустика EON15 G2, М\микшер Nady SRM-10X, HDMI-адаптер Trendnet TU3-HDMI, HDMI-DVB-T Modulator Dr.HD MR 125 HD, коммутатор Eltex MES2208P, учебная доска, кафедра	Azure(Win Pro 10), Microsoft Office Pro, 7z, Acrobat Reader DC
Помещение для самостоятельной работы	Специализированная мебель (место преподавателя, посадочные места для студентов) Материально-техническое оснащение: 18 компьютеров, объединенных в сеть, с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду МИЭТ	Asure (Windows 7 Enterprise, Visual Studio 2010, Visual C++ 4.2 Enterprise), Adobe, AutoCAD, CorelDRAW, Graphics Suite Education Licens, MATLAB, Microsoft Office Pro, SolidWorks Enterprise PDM, , Cadence,COMSOL

10. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕРКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ/ПОДКОМПЕТЕНЦИЙ

1. ФОС подкомпетенции **УК–1.ПУЧС** «Способен осуществлять поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в чрезвычайных ситуациях (ЧС)».

2. ФОС подкомпетенции **УК–8.ПУЧС** «Способен применять психологические знания для создания и поддержания безопасных условий жизни в условиях чрезвычайных ситуаций (ЧС)».

Фонды оценочных средств представлены отдельными документами и размещены в составе УМК дисциплины электронной информационной образовательной среды ОРИОКС// URL: <http://orioks.miet.ru/>.

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

11.1. Особенности организации процесса обучения

Изучение дисциплины способствует формированию компетенций, которые в дальнейшем пригодятся для ведения педагогической деятельности.

Видами занятий, используемыми при изучении дисциплины, являются лекции и практические занятия.

Лекции проводятся с целью изложения теоретического материала по изучаемым темам и призваны стимулировать активную познавательную деятельность.

Практические занятия проводятся с изучением и использованием методов самопознания, саморазвития, для формирования навыков рефлексии, саморегуляции в экстренных ситуациях, и закрепления знаний, полученных на лекциях.

В ходе самостоятельной работы обучаемые изучают литературу, формируют навыки самостоятельности и инициативы в получении новых знаний.

11.2. Система контроля и оценивания.

Продолжительность курса – один семестр. Форма контроля – зачет.

Для оценки успеваемости студентов по дисциплине используется накопительная балльная система, которая предполагает регулярную оценку приобретаемых знаний, умений и опыта деятельности студентов в накопленных баллах.

По сумме баллов, накопленных в течение семестра, выставляется итоговая оценка по дисциплине. Структура и график контрольных мероприятий доступен в ОРИОКС// URL: <http://orioks.miet.ru/> .

РАЗРАБОТЧИКИ:

Старший преподаватель Института ЛПО  /К.И. Селиверстова/

Специалист по УМР Института ЛПО  /А.А. Судин/

Рабочая программа дисциплины «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», направленности (профилю) «Учитель информатики и иностранного языка» разработана в Институте ЛПО и утверждена на заседании УС Института ЛПО 31.08. 2023 года, протокол № 1.

Директор Института ЛПО  / М.Г. Евдокимова/

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Рабочая программа согласована с Центром подготовки к аккредитации и независимой оценки качества.

Начальник АНОК  / И.М. Никулина /

Рабочая программа согласована с библиотекой МИЭТ.

/ Директор библиотеки  / Т.П. Филиппова /