

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
 Должность: РЕКТОР
 Дата подписания: 14.04.2022 09:39:42
 Уникальный программный ключ:
 9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
Б1.О	Психологическая безопасность

Код направления подготовки	44.03.05
Направление подготовки	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности
Уровень образования	бакалавр
Форма обучения	заочная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Доцент	кандидат психологических наук		Валеева Галина Валерьевна

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин	Тюмасева Зоя Ивановна	10	13.06.2019	
Кафедра безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин	Тюмасева Зоя Ивановна	1	17.09.2020	

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю)	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	8
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	9
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	13
7. Перечень образовательных технологий	15
8. Описание материально-технической базы	16

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Психологическая безопасность» относится к модулю обязательной части Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (уровень образования бакалавр). Дисциплина является обязательной к изучению.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 час.

1.3 Изучение дисциплины «Психологическая безопасность» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися следующих дисциплин: «Анатомия», «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Здоровый и безопасный образ жизни», «Комплексная безопасность образовательных организаций», «Культурология», «Модуль 3 "Здоровьесберегающий"», «Модуль 2 "Коммуникативный"», «Модуль 1 "Мировоззренческий"», «Модуль 5 "Психолого-педагогический"», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Основы экологической культуры», «Педагогическая конфликтология», «Педагогические основы безопасности жизнедеятельности», «Психология», «Психология физической культуры», «Философия».

1.4 Дисциплина «Психологическая безопасность» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности в системе непрерывного образования», «Безопасность жизнедеятельности в детском оздоровительном лагере», «Опасности социального характера и защита от них», «Психолого - педагогические технологии в спорте», «Психолого - педагогические технологии в физическом воспитании».

1.5 Цель изучения дисциплины:

формирование представления о психологической безопасности и психологическая подготовка к педагогической деятельности в области безопасности жизнедеятельности

1.6 Задачи дисциплины:

1) Изучение условий нормального функционирования психологических процессов, исключая антиобщественное поведение человека.

2) Обучение навыкам создания условий для нормального функционирования психологических процессов, исключая антиобщественное поведение человека.

3) Овладение системой знаний, способствующих обеспечению психологической безопасности процесса взаимодействия с участниками образовательного процесса.

1.7 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
Код и наименование индикатора достижения компетенции	
1	ОПК-6 способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
	ОПК.6.1 Знать основные закономерности возрастного развития обучающихся, психолого-педагогические закономерности и принципы развития личности в процессе обучения и воспитания, психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы учебной деятельности с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.
	ОПК.6.2 Уметь применять психолого-педагогические технологии и методы в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.
	ОПК.6.3 Владеть методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося.
2	УК-3 способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
	УК.3.1 Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия; основные понятия конфликтологии и способы разрешения конфликтов, технологии межличностной и групповой коммуникации в деловом взаимодействии.
	УК.3.2 Умеет осуществлять различные виды социального взаимодействия для реализации своей роли внутри команды.
	УК.3.3 Владеет методами и приемами социального взаимодействия и работы в команде; демонстрации лидерской позиции, оценки собственной роли в команде

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
-------	--	--

1	ОПК.6.1 Знать основные закономерности возрастного развития обучающихся, психолого-педагогические закономерности и принципы развития личности в процессе обучения и воспитания, психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы учебной деятельности с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.	3.1 Знать основные закономерности возрастного развития обучающихся, психолого-педагогические закономерности и принципы безопасного развития личности в процессе обучения и воспитания, психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы безопасной деятельности с учетом индивидуальных особенностей обучающихся
2	ОПК.6.2 Уметь применять психолого-педагогические технологии и методы в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.	У.1 Уметь применять психолого-педагогические технологии и методы в педагогической деятельности, необходимые для безопасной индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
3	ОПК.6.3 Владеть методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося.	В.1 Владеть психологически безопасными методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося
1	УК.3.1 Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия; основные понятия конфликтологии и способы разрешения конфликтов, технологии межличностной и групповой коммуникации в деловом взаимодействии.	3.2 Знать нормы психологически безопасного социального взаимодействия; основные понятия конфликтологии и способы разрешения конфликтов, технологии межличностной и групповой коммуникации в деловом взаимодействии
2	УК.3.2 Умеет осуществлять различные виды социального взаимодействия для реализации своей роли внутри команды.	У.2 Уметь осуществлять различные виды психологически безопасного взаимодействия для реализации своей педагогической роли
3	УК.3.3 Владеет методами и приемами социального взаимодействия и работы в команде; демонстрации лидерской позиции, оценки собственной роли в команде	В.2 Владеть методами и приемами психологически безопасного взаимодействия в образовательной среде

2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Итого часов
	Л	ПЗ	СРС	
Итого по дисциплине	4	6	58	68
Первый период контроля				
<i>Психологическая безопасность личности</i>	<i>4</i>	<i>6</i>	<i>58</i>	<i>68</i>
Предмет и методы психологии безопасности. Структура психологической безопасности личности	2		29	31
Стресс как психологически опасная ситуация	2	2	29	33
Психические состояния и здоровье человека как характеристика показателей жизнедеятельности		4		4
Итого по видам учебной работы	4	6	58	68
<i>Форма промежуточной аттестации</i>				
Зачет				4
Итого за Первый период контроля				72

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

3.1 Лекции

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Психологическая безопасность личности	4
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-6: 3.1 (ОПК.6.1), У.1 (ОПК.6.2), В.1 (ОПК.6.3) УК-3: 3.2 (УК.3.1), У.2 (УК.3.2), В.2 (УК.3.3)	
1.1. Предмет и методы психологии безопасности. Структура психологической безопасности личности 1. Предмет исследования психологии безопасности 2. Основные категории психологии безопасности 3. Методы исследования психологии безопасности 4. Структура психологической безопасности личности Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4	2
1.2. Стресс как психологически опасная ситуация 1. Определение понятия «стресс» 2. Стадии развития стресса 3. Стрессовое состояние 4. Посттравматическое стрессовое расстройство. Учебно-методическая литература: 2, 3, 4	2

3.2 Практические

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Психологическая безопасность личности	6
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-6: 3.1 (ОПК.6.1), У.1 (ОПК.6.2), В.1 (ОПК.6.3) УК-3: 3.2 (УК.3.1), У.2 (УК.3.2), В.2 (УК.3.3)	
1.1. Стресс как психологически опасная ситуация Задачи занятия: 1. Изучить механизмы психологической защиты. 2. Освоить психологические упражнения для снятия стресса, предупреждения тревожных состояний, психического напряжения субъектов образования. Теоретическая часть: 1. Виды стрессовых ситуаций 2. Поведение личности в условиях стресса 3. Стратегии совладающего поведения в стрессе Практическая часть: 1. Тренинг – наблюдение: признаки психологической защиты 2. Психологические упражнения для снятия стресса. 3. Психологические упражнения, предупреждающие тревожные состояния. 4. Психологические упражнения, снимающие психическое напряжение субъектов образования Учебно-методическая литература: 5, 6	2

<p>1.2. Психические состояния и здоровье человека как характеристика показателей жизнедеятельности</p> <p>Задачи занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Изучить основные понятия «эмоции», «депрессия». 2. Ознакомиться с физиологической основой эмоциональной жизни человека. 3. Изучить связи активности сознания с эмоциями. 4. Ознакомиться с физиологическими механизмами эмоций. <p>Теоретическая часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Механизм формирования эмоционального фона жизни. 2. Методы креативной психотерапии. <p>Практическая часть:</p> <p>Тренинг «Саморегуляции» (на основе анализа результатов диагностики).</p> <p>Учебно-методическая литература: 5, 6, 7, 8</p>	4
--	---

3.3 СРС

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Психологическая безопасность личности	58
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-6: 3.1 (ОПК.6.1), У.1 (ОПК.6.2), В.1 (ОПК.6.3) УК-3: 3.2 (УК.3.1), У.2 (УК.3.2), В.2 (УК.3.3)	
<p>1.1. Предмет и методы психологии безопасности. Структура психологической безопасности личности</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>Работа с рекомендованной литературой.</p> <p>Выполнение заданий к лекции.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Составьте кроссворд с понятиями, включенными в терминологический минимум (3 бланка: 1-й чистый, 2-й с вопросами, 3-й с ответами). <p>Терминологический минимум: жизнь, деятельность, опасность, безопасность, адаптационный синдром, стресс, здоровье, рефлексия, саморегуляция, толерантность, тревога, эмоция, психологические защиты.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Постройте структуру психологической безопасности личности. 3. Напишите эссе на тему «Психологическая безопасность личности - это ...». 4. Разработайте комплекс правил по реализации известных Вам принципов психологической безопасности. <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4</p>	29
<p>1.2. Стресс как психологически опасная ситуация</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>.Работа с рекомендованной литературой. Выполнение заданий к семинару</p> <p>Заполните таблицу.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Стадии стресса 2. Характеристика стадий стресса 3. Проявления в поведении. <p>Подготовить презентацию на одну из предложенных тем. Выступить с докладами на занятиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 1. Психологическая безопасность образовательного процесса. <input type="checkbox"/> 2. Педагогические конфликты как психологически опасная ситуация. <input type="checkbox"/> 3. Профессиональное выгорание личности учителя, как реакция на стресс. <input type="checkbox"/> <p>Подберите технологии саморегуляции для воздействия на каждую и составляющих здоровья. Заполните таблицу</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Составляющие здоровья <p>Физическая Психическая Социальная</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Технологии саморегуляции 3. Результат применения <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	29

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
Основная литература		
1	Глухов А. Психологические аспекты безопасности дорожного движения в России [Электронный ресурс]/ Глухов А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Логос, 2013.— 64 с.	http://www.iprbookshop.ru/21888.html
2	Шуванов И.Б. Готовность к безопасному поведению в условиях риска [Электронный ресурс]: диагностика и коррекция. Учебно-методическое пособие/ Шуванов И.Б., Шаповалов В.И., Шуванова В.П.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2017.— 102 с	http://www.iprbookshop.ru/58317.html
3	Шуванов И.Б. Теоретические основы психологии безопасного поведения в экстремальных ситуациях [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов по направлению 030300 «Психология» и специальности 030301 «Психология служебной деятельности»/ Шуванов И.Б., Шаповалов В.И.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2017.— 188 с	http://www.iprbookshop.ru/58322.html
4	Шуванов И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов по направлению 030300 «Психология» и специальности 030301 «Психология служебной деятельности»/ Шуванов И.Б., Шаповалов В.И., Тесля С.Н.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2017.— 165 с	http://www.iprbookshop.ru/58320.html
Дополнительная литература		
5	Махов С.Ю. Личная безопасность. Авторская дополнительная образовательная программа [Электронный ресурс] / С.Ю. Махов. — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2017. — 49 с.	http://www.iprbookshop.ru/73248.html
6	Махов С.Ю. Личная безопасность. Контрольный тест [Электронный ресурс] : сбор-ник тестов по дополнительной профессиональной программе «Организация и управление личной безопасностью» / С.Ю. Махов. — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2017. — 31 с.	http://www.iprbookshop.ru/73247.html
7	Козлов В.В. Тест «ЛЮКАА». Опросный метод исследования глубинных личност-ных сценариев мужчины и женщины [Электронный ресурс] : методическое руко-водство / В.В. Козлов. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское об-разование, 2014. — 50 с	Козлов В.В. Тест «ЛЮКАА». Опросный метод исследования глубинных личност-ных сценариев мужчины и женщины [Электронный ресурс] : методическое руко-водство / В.В. Козлов. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское об-разование, 2014. — 50 с
8	Егоров Р.С. Кризисная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие для са-мостоятельной работы студентов факультета клинической психологии ОрГМА/ Егоров Р.С.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургская государст-венная медицинская академия, 2008.— 42 с	http://www.iprbookshop.ru/21820.html

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

5.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС								
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль							Промежуточная аттестация
	Доклад/сообщение	Задания к лекции	Мультимедийная презентация	Ситуационные задачи	Таблица по теме	Терминологический словарь/гlossарий	Эссе	Зачет/Экзамен
ОПК-6								
3.1 (ОПК.6.1)	+	+			+	+	+	+
У.1 (ОПК.6.2)		+	+		+		+	+
В.1 (ОПК.6.3)				+				+
УК-3								
3.2 (УК.3.1)	+	+			+	+	+	+
У.2 (УК.3.2)		+	+				+	+
В.2 (УК.3.3)				+	+			+

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Психологическая безопасность личности":

1. Доклад/сообщение

- 1 Жертвы социальных явлений, техногенных и природных катастроф
- 2 Массовая паника, как психологическое явление.
- 3 Слухи и сплетни как психологическое явление.
- 4 «Жертвы обстоятельств» и выученная беспомощность
5. Мотивы насильственного поведения в молодежной среде.
- 6 Посттравматический синдром (ПТСР).
- 7 Синдрома эмоционального выгорания т(СЭВ).
- 8 Способы психологической работы с потенциальными и реальными жертвами.

Количество баллов: 10

2. Задания к лекции

1. Структура психологической безопасности личности.
2. Комплекс правил по реализации известных Вам принципов психологической безопасности

Количество баллов: 20

3. Мультимедийная презентация

Презентация на одну из предложенных тем. Выступление с докладами на занятиях.

- ☐ Психологическая безопасность образовательного процесса.
- ☐ Педагогические конфликты как психологически опасная ситуация.
- ☐ Профессиональное выгорание личности учителя.
- ☐ Виды педагогических конфликтов

Количество баллов: 10

4. Ситуационные задачи

Задание. На основе методики неоконченных предложений и методики, приведенные в определите: факторы и условия, определяющие индивидуальное чувство безопасности; степень сформированности представлений о безопасности личности, а также характер эмоционального отношения к ней.

Определите стрессовые факторы

Чтобы определить, что является источниками вашего стресса, допишите предлагаемые фразы.

Я испытываю стресс, когда:

Мне ...

У меня ...

Я ...

Они ...

Со мной ...

Меня ...

Не могу ...

Не знаю ...

Не хочу ...

Не получается ...

Получаю ...

Слышу ...

Вижу ...

Чувствую ...

Выявите баланс распределения времени.

Нехватка времени и несбалансированность различных сфер в жизни человека является одной из важных причин стресса.

Проанализируйте, какое количество времени вы уделяете тем или иным сферам вашей жизни. Возьмите за основу сутки (24 часа) или неделю (168 часов).

Сферы деятельности

Кол-во времени

(мин, часы) в сутки

Размышления о будущем

Планирование деятельности

Общественные обязанности

Карьера/работа/учеба

Общение с коллегами

Общение с друзьями

Общение с детьми

Общение с родными

Общение с супругом (партнером) в целом

В том числе:

О детях

О бытовых проблемах

О родственниках

О работе

О друзьях

О личных переживаниях, сомнениях, интересах, мечтах

Выполнение домашних обязанностей

Саморазвитие

Отдых

Секс

Здоровье

Сон

Количество баллов: 30

5. Таблица по теме

1.Стадии стресса 2.Характеристика стадий стресса 3.Проявления в поведении

Количество баллов: 10

6. Терминологический словарь/гlossарий

Составьте кроссворд с понятиями, включенными в терминологический минимум (3 бланка: 1-й чистый, 2-й с вопросами, 3-й с ответами).

Терминологический минимум: жизнь, деятельность опасность, безопасность, адаптационный синдром, стресс, здоровье, рефлексия, саморегуляция, толерантность, тревога, эмоция, психологические защиты.

Количество баллов: 10

7. Эссе

Эссе на тему «Психологическая безопасности личности - это ...».

Количество баллов: 10

5.2.2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ».

Первый период контроля

1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Основные категории психологии безопасности
2. Методы исследования психологии безопасности
3. Виды стрессовых ситуаций
4. Стадии развития стресса
5. Посттравматическое стрессовое расстройство
6. Поведение личности в условиях стресса
7. Стратегии совладающего поведения в стрессе
8. Отношение человека к опасной ситуации
9. Виды опасных ситуаций
10. Психологическая безопасность образовательного процесса
11. Критерии психологической безопасности образовательной среды.
12. Педагогические конфликты как психологически опасная ситуация
13. Факторы нарушения психологического здоровья личности
14. Профессиональное выгорание личности учителя
15. Виды педагогических конфликтов
16. Профилактика деструктивных конфликтов
17. Стратегии обеспечения психологической безопасности
18. Самообеспечение безопасности как феномен психической жизни субъекта
19. Психологическая защита и совладание.
20. Саморегуляция и эмоциональный интеллект в оценке безопасности взаимодействий
21. Индивидуально-психологические характеристики личности безопасного типа.
22. Стратегии разрешения конфликтных ситуаций.
23. Факторы, психологической безопасности личности на уроках.
24. Стресс как психологически опасная ситуация
25. Понятие рефлексия.
26. Виды рефлексии
27. Психологическая безопасность образовательного процесса
28. Факторы нарушения психологического здоровья личности
29. Профессиональное выгорание личности учителя
30. Поведение личности в условиях стресса
31. Дайте характеристику типам отношений.
32. Стили взаимоотношений и их влияние на безопасность личности.
33. Биологические и психофизиологические предпосылки формирования поведения в опасных ситуациях.
34. Психологические особенности личности, формирующие отношение к опасной ситуации и поведение в ней.
35. Психологический механизм формирования эмоционального фона жизни.
36. Понятие о релаксации
37. Основные приемы релаксации.
38. Создание условий для проведения релаксации
39. Физиологические механизмы эмоций.
40. Методы креативной психотерапии.

5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):

Отметка	Критерии оценивания
---------	---------------------

"Отлично"	<ul style="list-style-type: none"> - дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Хорошо"	<ul style="list-style-type: none"> - дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Удовлетворительно" ("зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> - затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации - неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя - выполнение заданий при подсказке преподавателя - затруднения в формулировке выводов
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> - неправильная оценка предложенной ситуации - отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Лекции

Лекция - одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой устное, монологическое, систематическое, последовательное изложение преподавателем учебного материала с демонстрацией слайдов и фильмов. Работа обучающихся на лекции включает в себя: составление или слежение за планом чтения лекции, написание конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой.

Требования к конспекту лекций: краткость, схематичность, последовательная фиксация основных положений, выводов, формулировок, обобщений. В конспекте нужно помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Последующая работа над материалом лекции предусматривает проверку терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. В конспекте нужно обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

2. Практические

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

3. Зачет

Цель зачета – проверка и оценка уровня полученных студентом специальных знаний по учебной дисциплине и соответствующих им умений и навыков, а также умения логически мыслить, аргументировать избранную научную позицию, реагировать на дополнительные вопросы, ориентироваться в массиве информации.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по дисциплине, на котором обучающиеся получают предварительный перечень вопросов к зачёту и список рекомендуемой литературы, их ставят в известность относительно критериев выставления зачёта и специфике текущей и итоговой аттестации. С самого начала желательно планомерно осваивать материал, руководствуясь перечнем вопросов к зачету и списком рекомендуемой литературы, а также путём самостоятельного конспектирования материалов занятий и результатов самостоятельного изучения учебных вопросов.

По результатам сдачи зачета выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

4. Терминологический словарь/гlossарий

Терминологический словарь/гlossарий – текст справочного характера, в котором представлены в алфавитном порядке и разъяснены значения специальных слов, понятий, терминов, используемых в какой-либо области знаний, по какой-либо теме (проблеме).

Составление терминологического словаря по теме, разделу дисциплины приводит к образованию упорядоченного множества базовых и периферийных понятий в форме алфавитного или тематического словаря, что обеспечивает студенту свободу выбора рациональных путей освоения информации и одновременно открывает возможности регулировать трудоемкость познавательной работы.

Этапы работы над терминологическим словарем:

1. внимательно прочитать работу;
2. определить наиболее часто встречающиеся термины;
3. составить список терминов, объединенных общей тематикой;
4. расположить термины в алфавитном порядке;
5. составить статьи гlossария:
 - дать точную формулировку термина в именительном падеже;
 - объемно раскрыть смысл данного термина.

5. Таблица по теме

Таблица – форма представления материала, предполагающая его группировку и систематизированное представление в соответствии с выделенными заголовками граф.

Правила составления таблицы:

1. таблица должна быть выразительной и компактной, лучше делать несколько небольших по объему, но наглядных таблиц, отвечающих задаче исследования;
2. название таблицы, заглавия граф и строк следует формулировать точно и лаконично;
3. в таблице обязательно должны быть указаны изучаемый объект и единицы измерения;
4. при отсутствии каких-либо данных в таблице ставят многоточие либо пишут «Нет сведений», если какое-либо явление не имело места, то ставят тире;
5. числовые значения одних и тех же показателей приводятся в таблице с одинаковой степенью точности;
6. таблица с числовыми значениями должна иметь итоги по группам, подгруппам и в целом;
7. если суммирование данных невозможно, то в этой графе ставят знак умножения;
8. в больших таблицах после каждых пяти строк делается промежуток для удобства чтения и анализа.

6. Эссе

Эссе - это прозаическое сочинение небольшого объема и свободной композиции, выражающее индивидуальные впечатления и соображения по конкретному поводу или вопросу и заведомо не претендующее на определяющую или исчерпывающую трактовку предмета.

Структура эссе определяется предъявляемыми к нему требованиями: мысли автора эссе по проблеме излагаются в форме кратких тезисов; мысль должна быть подкреплена доказательствами - поэтому за тезисом следуют аргументы. При написании эссе важно также учитывать следующие моменты:

Вступление и заключение должны фокусировать внимание на проблеме (во вступлении она ставится, в заключении - резюмируется мнение автора).

Необходимо выделение абзацев, красных строк, установление логической связи абзацев: так достигается целостность работы.

Стиль изложения: эссе присущи эмоциональность, экспрессивность, художественность. Должный эффект обеспечивают короткие, простые, разнообразные по интонации предложения, умелое использование "самого современного" знака препинания - тире.

Этапы написания эссе:

1. написать вступление (2–3 предложения, которые служат для последующей формулировки проблемы);
2. сформулировать проблему, которая должна быть важна не только для автора, но и для других;
3. дать комментарии к проблеме;
4. сформулировать авторское мнение и привести аргументацию;
5. написать заключение (вывод, обобщение сказанного).

При оформлении эссе следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

7. Доклад/сообщение

Доклад – развернутое устное (возможен письменный вариант) сообщение по определенной теме, сделанное публично, в котором обобщается информация из одного или нескольких источников, представляется и обосновывается отношение к описываемой теме.

Основные этапы подготовки доклада:

1. четко сформулировать тему;
2. изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации:
 - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.);
 - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.);
 - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.);
3. написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
4. написать доклад, соблюдая следующие требования:
 - структура доклада должна включать краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы;
 - в содержании доклада общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
5. оформить работу в соответствии с требованиями.

8. Задания к лекции

Задания к лекции используются для контроля знаний обучающихся по теоретическому материалу, изложенному на лекциях.

Задания могут подразделяться на несколько групп:

1. задания на иллюстрацию теоретического материала. Они выявляют качество понимания студентами теории;
2. задания на выполнение задач и примеров по образцу, разобранным в аудитории. Для самостоятельного выполнения требуется, чтобы студент овладел рассмотренными на лекции методами решения;
3. задания, содержащие элементы творчества, которые требуют от студента преобразований, реконструкций, обобщений. Для их выполнения необходимо привлечь ранее приобретенный опыт, устанавливать внутрипредметные и межпредметные связи, приобрести дополнительные знания самостоятельно или применить исследовательские умения;
4. может применяться выдача индивидуальных или опережающих заданий на различный срок, определяемый преподавателем, с последующим представлением их для проверки в указанный срок.

9. Мультимедийная презентация

Мультимедийная презентация – способ представления информации на заданную тему с помощью компьютерных программ, сочетающий в себе динамику, звук и изображение.

Для создания компьютерных презентаций используются специальные программы: PowerPoint, Adobe Flash CS5, Adobe Flash Builder, видеофайл.

Презентация – это набор последовательно сменяющих друг друга страниц – слайдов, на каждом из которых можно разместить любые текст, рисунок, схемы, видео - аудио фрагменты, анимацию, 3D – графику, фотографию, используя при этом различные элементы оформления.

Мультимедийная форма презентации позволяет представить материал как систему опорных образов, наполненных исчерпывающей структурированной информацией в алгоритмическом порядке.

Этапы подготовки мультимедийной презентации:

1. Структуризация материала по теме;
2. Составление сценария реализации;
3. Разработка дизайна презентации;
4. Подготовка медиа фрагментов (тексты, иллюстрации, видео, запись аудиофрагментов);
5. Подготовка музыкального сопровождения (при необходимости);
6. Тест-проверка готовой презентации.

10. Ситуационные задачи

Ситуационная задача представляет собой задание, которое включает в себя характеристику ситуации из которой нужно выйти, или предложить ее исправить; охарактеризовать условия, в которых может возникнуть та или иная ситуация и предложить найти выход из нее и т.д.

При выполнении ситуационной задачи необходимо соблюдать следующие указания:

1. Внимательно прочитать текст предложенной задачи и вопросы к ней.
2. Все вопросы логично связаны с самой предложенной задачей, поэтому необходимо работать с каждым из вопросов отдельно.
3. Вопросы к задаче расположены по мере усложнения, поэтому желательно работать с ними в том порядке, в котором они поставлены.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. Проблемное обучение
2. Кейс-технологии
3. Проектные технологии
4. Технологии эвристического обучения

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. учебная аудитория для лекционных занятий
3. учебная аудитория для семинарских, практических занятий
4. Лицензионное программное обеспечение:
 - Операционная система Windows 10
 - Microsoft Office Professional Plus
 - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
 - Справочная правовая система Консультант плюс
 - 7-zip
 - Adobe Acrobat Reader DC