

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Новочеркасский инженерно-мелиоративный институт им. А.К. Кортунова
ФГБОУ ВО Донской ГАУ

«Утверждаю»
Декан инженерно-мелиоративного
факультета
«19» 08 2017 г. С.Н. Ширяев

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины	<u>Б1.Б.1.7 Основы психологической устойчивости</u> (шифр, наименование учебной дисциплины)
Направление(я) подготовки	<u>20.03.01 Техносферная безопасность</u> (код, полное наименование направления подготовки)
Направленность (и), профиль (и)	<u>Пожарная безопасность</u>
Уровень образования	(полное наименование профиля ОПОП направления подготовки) <u>высшее образование - бакалавриат</u> (бакалавриат, магистратура)
Форма(ы) обучения	<u>Очная, заочная</u> (очная, очно-заочная, заочная)
Факультет	<u>Инженерно-мелиоративный (ИМ)</u> (полное наименование факультета, сокращённое)
Кафедра	<u>истории, философии и социальных технологий, ИФ и СТ</u> (полное, сокращённое наименование кафедры)
Составлена с учётом требо- ваний ФГОС ВО по направ- лению(ям) подготовки,	<u>20.03.01 Техносферная безопасность</u> (шифр и наименование направления подготовки)
утверждённого приказом Минобрнауки России	<u>№ 246 от 21 марта 2016 года</u> (дата утверждения ФГОС ВО, № приказа)

Разработчик (и) доц. каф. ИФиСТ
(должность, кафедра)


(подпись)

Филиппова Л.Н.
(Ф.И.О.)

Обсуждена и согласована:

Кафедра ИФ и СТ
(сокращённое наименование кафедры)

Заведующий кафедрой

протокол № 1 от «28» августа 2017 г.

(подпись) Циткилов П.Я.
(Ф.И.О.)

Заведующая библиотекой


(подпись) Чалая С.В.
(Ф.И.О.)

Учебно-методическая комиссия факультета

протокол № 1 от « » августа 2017 г.



1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Планируемые результаты обучения по дисциплине направлены на формирование следующих компетенций образовательной программы 20.03.01 Техносферная безопасность:

- владением компетенциями социального взаимодействия: способностью использования эмоциональных и волевых особенностей психологии личности, готовностью к сотрудничеству, расовой, национальной, религиозной терпимости, умением погашать конфликты, способностью к социальной адаптации, коммуникативностью, толерантностью (ОК-5);
- способностью работать самостоятельно (ОК-8);
- способностью к абстрактному и критическому мышлению, исследованию окружающей среды для выявления её возможностей и ресурсов, способность к принятию нестандартных решений и разрешению проблемных ситуаций (ОК-11);
- способностью анализировать механизмы воздействия опасностей на человека, определять характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учётом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного действия вредных факторов (ПК-16).

Соотношение планируемых результатов обучения по дисциплине с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

Планируемые результаты обучения (этапы формирования компетенций)	Компетенции
Знать:	
- Современные формы и методы совершенствования профессиональной психофизической подготовки. Характеристику психической устойчивости, способы её формирования и поддержания; психофизиологические основы регуляции психического состояния; методы диагностики психического ресурса. Психофизиологические основы регуляции психического состояния. Способы формирования и поддержания личной психологической устойчивости и психологической устойчивости подчинённых. Методы диагностики психического ресурса. Методы психологического анализа личности и её деятельности при исполнении различных заданий	ОК-5,
Уметь:	
- Проводить психологический анализ личности и её деятельности при выполнении различных заданий. Проводить мероприятия по формированию и поддержанию психической устойчивости. Уметь применять навыки психологической подготовки, необходимые в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях.	ОК-8
Навык:	
- Формирования и поддержания психической устойчивости. Психологического обеспечения профессиональной деятельности специалиста. Эффективного использования резервов собственного организма в ходе проведения спасательных работ, психологической устойчивости личности и способов её формирования.	ОК-11
Опыт деятельности:	
- Решения задач психофизического самосовершенствования. Работа с современными формами и методами профессиональной психофизической подготовки специалистов.	ПК-16

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к вариативной части блока Б.1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы и входит в перечень дисциплин по выбору обучающегося, изучается в 7 семестре по очной форме обучения и на 5-м курсе по заочной форме обучения.

Предшествующие и последующие (**при наличии**) дисциплины (компоненты образовательной программы) формирующие указанные компетенции.

Код компетенции	Предшествующие дисциплины (компоненты ОП), формирующие данную компетенцию	Последующие дисциплины, (компоненты ОП) формирующие данную компетенцию
ОК-5	Культурология Социология и политология Коммуникативная культура	Государственная итоговая аттестация
ОК-8	Медико-социальные основы здоровья Математика Начертательная геометрия и инженерная графика Химия Физика История пожарной охраны	Строительные материалы Метрология, стандартизация и сертификация Теория горения и взрыва Теоретическая механика Сопротивление материалов Теория механизмов и машин Гидрогазодинамика Теплофизика Пожарная техника Государственная итоговая аттестация
ОК-11	Экология	Государственная итоговая аттестация
ПК-16	Безопасность жизнедеятельности Медико-биологические основы безопасности	Ноксология Государственная итоговая аттестация

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ

Вид учебной работы	Трудоемкость в часах				
	Очная форма			Заочная форма	
	семестр			курс	
	3		Итого	2	Итого
Аудиторная (контактная) работа (всего) в том числе:	28		28	10	10
Лекции	14		14	4	4
Лабораторные работы (ЛР)					
Практические занятия (ПЗ)	14		14	6	6
Семинары (С)					
Самостоятельная работа (всего) в том числе:	80		80	94	94
Курсовой проект (работа)					
Расчётно-графическая работа					
Реферат					
Контрольная работа				4	4
Другие виды самостоятельной работы	76		76	90	90
Подготовка к зачету	4		4		
Подготовка и сдача зачета				4	4
Общая трудоёмкость	часов	108	108	108	108
	ЗЕТ	3	3	3	3
Формы контроля по дисциплине:					
- экзамен, зачёт	зачет		зачет	Зач.	Зач.
- курсовой проект (КП), курсовая работа (КР), расчётно - графическая (РГР), реферат (Реф), контрольная работа (Контр.), шт.	-		-	Контр.	Контр.

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Очная форма обучения

4.1.1 Разделы (темы) дисциплины и виды занятий

№ п/ п	Наименование раздела (темы) дисциплины	семестр	Виды учебной работы и трудоёмкость (в часах)						Итого
			аудиторные			СРС		Итоговый контроль	
			Лекции	Лабора- т. занятия	Практич. занятия (семинары)	Курсовой П / Р, РГР, реферат	Другие виды СРС		
1	Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций	3	6	-	6	-	38	-	50
2	Психологическое здоровье и устойчивость чело- века в стрессовых ситуациях	3	8	-	8	-	38	-	54
Подготовка к итоговому контролю		зачёт	-	-	-	-	4	-	4
		экзамен	-	-	-	-	-	-	
ВСЕГО:		-	14	-	14		80		108

4.1.2 Содержание разделов дисциплины (по лекциям)

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Темы и содержание лекций	Трудоём- кость (час.)	Фор- ма кон- троля (ПК)
1	3	Л.3. 1. Классификация и характеристика экстремальных ситуаций. 1. Введение в дисциплину «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» (актуальность ее изучения). 2. Классификация и характеристика экстремальных ситуаций. 3. Субъекты экстремальной ситуации.	2	ПК ₁
1	3	Л.3. 2. Основы психологии риска и чрезвычайных ситуаций 1. Понятие и концепции риска 2. Понятие чрезвычайной ситуации. Природные и техногенные ЧС. 3. Психологическое воздействие ЧС на человека. Фрустрационная регрессия. Роль субъективных факторов в развитии травматического стресса 4. Динамика психофизиологических и аффективных состояний и поведения пострадавших в очаге ЧС 5. Рекомендации для сотрудников спасательных служб	2	ПК ₁
1	3	Л.3. 3. Психологическое воздействие на людей в обстановке чрезвычайной ситуации. 1. Факторы развития опасной социальной ситуации (слухи, паника). 2. Виды психической напряженности. 3. Эмоциональные реакции человека на экстремальную ситуацию (шок, ступор, двигательное возбуждение, плач, агрессивные реакции).	2	ПК ₂
2	3	Л.3. 4. Психологическое здоровье человека и психологическая устойчивость, как интегральное образование личности. 1. Определение нормы психического и психологического здоровья. 2. Уровни психического и психологического здоровья. «Портрет» психологически здорового человека. 3. Психологическая устойчивость как основа психического здоровья личности.	2	ПК ₂

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Темы и содержание лекций	Трудоемкость (час.)	Форма контроля (ПК)
		4. Психологическая устойчивость личности как фактор противодействия негативным влияниям социальной среды.		
2	3	Л.3. 5. Социально-психологические отклонения в ЧС. 1. Понятие психологического стресса и факторы, оказывающие влияние на его развитие. 2. Виды реакции человека на стресс и влияние индивидуальных и личностных особенностей личности на развитие стресса. 3. Типы реагирования на стресс. Фрустрация.	2	ПК ₂
2	3	Л.3. 6. Посттравматические стрессовые расстройства (ПТСР) и характеристика механизмов психологических защит. 1. Понятие ПТСР и его формы. 2. Симптомы посттравматического стрессового расстройства. 3. Особенности воспитания в семье как фактор формирования психологических защит. 4. психологических защит. 5. Характеристика механизмов психологических защит.	2	ПК ₂
2	3	Л.3. 7. Психологический портрет и профессиональное развитие специалиста ГПС МЧС. 1. Профессионально важные качества и идентификация личности будущего специалиста ГПС МЧС. 2. Профессиональное становление и развитие специалиста.	2	ПК ₂

4.1.3 Практические занятия (семинары)*

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Тематика и содержание практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)	Формы контроля (ТК)
1	7	П.3.1. Характерологические особенности и свойства личности, оказывающие влияние на поведение человека в чрезвычайных ситуациях (ЧС). 1. Основные категории дисциплины: психологическая устойчивость, психологическое здоровье, психологическая готовность, риск, экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, стресс, хронический стресс, темперамент. 2. Основные виды индивидуально-типологических особенностей людей в зависимости от типа темперамента. Их анализ. 3. Анализ сильных сторон характера различных типов темперамента. 4. Анализ слабых сторон характера различных типов темперамента. 5. Диагноз акцентуаций характера Х. Шмишека.	2	ТК ₁
1	7	П.3.2. Изучение степени готовности к риску в ЧС. 1. Особенности деятельности субъектов в ситуации риска (индивид, группа, коллектив, общество). 2. Диагностика степени готовности к риску (тест Шуберта). 3. Определение нервно-психологической устойчивости (НПУ), риска дезадаптации в стрессе (Методика «Прогноз»).	2	ТК ₁
1	7	П.3.3. Приемы оказания экстренной «доврачебной помощи» в ЧС. 1. Основные правила оказания экстренной психологической помощи. 2. Приемы само- и взаимопомощи при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии, чувстве вины, злости, гневе, неконтролируемой дрожи, двигательном возбуждении. 3. Практическое задание: определение агрессии (тест Басса-Дарки).	2	ТК ₁

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Тематика и содержание практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)	Формы контроля (ТК)
2	7	П.3.4. Определение психологического здоровья и факторы его нарушения. 1. Понятие нормы психологического здоровья. 2. Факторы риска нарушения психологического здоровья. 3. Понятие и виды стрессов. 4. Депрессия как вид стрессового состояния. 5. Невроз как вид стрессового состояния. 6. Психоз как последняя стадия хронического стресса.	2	ТК ₂
2	7	П.3.5. Диагностика стрессоустойчивости и уровня социальной фрустрированности. 1. Особенности тестов, определяющих склонность к развитию стресса (по Т.А. Немчину и Тейлору). 2. Диагностика уровня социальной фрустрированности (А.И. Васерман). 3. Общие рекомендации при нарушениях сна	2	ТК ₂
2	7	П.3.6. Определение ведущих механизмов психологических защит и анализ основных направлений реабилитации ПТСР. 1. Методика определения ведущих механизмов психологической защиты. 2. Упражнения по работе со страхом и тревогой. 3. Анализ основных направлений реабилитации ПТСР.	2	ТК ₂
2	3	П.3.7. Изучение уровня субъективного контроля и предрасположенности к конфликтному поведению будущих специалистов ГПС МЧС. 1. Особенности риска в зависимости от конкретного субъекта, осуществляющего рискованную деятельность. 2. Проявление своеобразия риска в зависимости от сферы, в которой реализуются действия субъекта. 3. Влияние социальных и психологических факторов на выбор конкретных субъектов рискованных альтернатив. 4. «Наблюдатели» в опасных и рискованных ситуациях.	2	ТК ₂

4.1.4 Лабораторные занятия – *не предусмотрено*.

4.1.5 Самостоятельная работа

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Виды и содержание самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (час.)	Контроль выполнения работы (ПК, ТК, ИК)
1-2	3	Подготовка к текущему контролю	20	ТК1, ТК2, ТК3, ТК4
1-2	3	Подготовка к промежуточному контролю	20	ПК1, ПК2
1-2	3	Работа в читальном зале библиотеке НИМИ	20	ТК1, ТК2, ТК3, ТК4, ПК1, ПК2
1-2	3	Работа с электронной библиотекой	16	ТК1, ТК2, ТК3, ТК4, ПК1, ПК2
Подготовка к итоговому контролю (зачет)			4	ИК

4.2 Заочная форма обучения

4.2.1 Разделы (темы) дисциплины и виды занятий

№ п/ п	Наименование раздела (темы) дисциплины	курс	Виды учебной работы и трудоемкость (в часах)						Итого
			аудиторные			СРС		Итоговый контроль	
			Лекции	Лаборат. занятия	Практич. занятия (семинары)	Курсовой П / Р, РГР, реферат	Другие виды СРС		
1	Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций	2	2	-	2	2	45	-	<u>51</u>
2	Психологическое здоровье и устойчивость человека в стрессовых ситуациях	2	2	-	4	2	45	-	<u>53</u>
Подготовка к итоговому контролю		2	-	-	-	-		4	<u>4</u>
		-	-	-	-	-	-		
ВСЕГО:		-	4	-	6	4	90	4	108

4.2.2 Содержание разделов дисциплины (по лекциям)

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	курс	Темы и содержание лекций	Трудоемкость (час.)
1	2	Классификация и характеристика экстремальных ситуаций. 1. Введение в дисциплину «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» (актуальность ее изучения). 2. Классификация и характеристика экстремальных ситуаций. 3. Субъекты экстремальной ситуации.	2
2	2	Социально-психологические отклонения в ЧС. 1. Понятие психологического стресса и факторы, оказывающие влияние на его развитие. 2. Виды реакции человека на стресс и влияние индивидуальных и личностных особенностей личности на развитие стресса. 3. Типы реагирования на стресс. Фрустрация.	2

4.2.3 Практические занятия (семинары)*

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	курс	Тематика и содержание практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
1	2	П.3.1. Определение психологического здоровья и факторы его нарушения. 1. Понятие нормы психологического здоровья. 2. Факторы риска нарушения психологического здоровья. 3. Понятие и виды стрессов. 4. Депрессия как вид стрессового состояния. 5. Невроз как вид стрессового состояния. 6. Психоз как последняя стадия хронического стресса.	2

2	2	П.3.2. Определение ведущих механизмов психологических защит и анализ основных направлений реабилитации ПТСР. 1. Методика определения ведущих механизмов психологической защиты. 2. Упражнения по работе со страхом и тревогой. 3. Анализ основных направлений реабилитации ПТСР.	2
2	2	П.3.3. Изучение уровня субъективного контроля и предрасположенности к конфликтному поведению будущих специалистов ГПС МЧС. 1. Особенности риска в зависимости от конкретного субъекта, осуществляющего рискованную деятельность. 2. Проявление своеобразия риска в зависимости от сферы, в которой реализуются действия субъекта. 3. Влияние социальных и психологических факторов на выбор конкретных субъектов рискованных альтернатив. 4. «Наблюдатели» в опасных и рискованных ситуациях.	2

4.2.4 Лабораторные занятия – *не предусмотрено.*

4.2.5 Самостоятельная работа

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	курс	Виды и содержание самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (час.)
1	2	Изучение степени готовности к риску в ЧС. 1. Особенности деятельности субъектов в ситуации риска (индивид, группа, коллектив, общество). 2. Диагностика степени готовности к риску (тест Шуберта). 3. Определение нервно-психологической устойчивости (НПУ), риска дезадаптации в стрессе (Методика «Прогноз»).	15
1	2	Приёмы оказания экстренной «доврачебной помощи» в ЧС. 1. Основные правила оказания экстренной психологической помощи. 2. Приёмы само- и взаимопомощи при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии, чувстве вины, злости, гневе, неконтролируемой дрожи, двигательном возбуждении. 3. Практическое задание: определение агрессии (тест Басса-Дарки).	15
2	2	Диагностика стрессоустойчивости и уровня социальной фрустрированности. 1. Особенности тестов, определяющих склонность к развитию стресса (по Т.А. Немчину и Тейлору). 2. Диагностика уровня социальной фрустрированности (А.И. Васерман). 3. Общие рекомендации при нарушениях сна	10
2	2	Определение ведущих механизмов психологических защит и анализ основных направлений реабилитации ПТСР. 1. Методика определения ведущих механизмов психологической защиты. 2. Упражнения по работе со страхом и тревогой. 3. Анализ основных направлений реабилитации ПТСР.	10
1-2	2	Подготовка к текущему контролю	10
1-2	2	Подготовка к промежуточному контролю	10
1-2	2	Работа в читальном зале библиотеке НИМИ	10
1-2	2	Работа с электронной библиотекой	10
Подготовка к итоговому контролю (зачет)			4

4.3 Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий

Перечень компетенций	Виды занятий				
	лекции	лабораторные занятия	практические (семинарские) занятия	КП, КР, РГР, Реф., Контр. работа	СРС
ОК-5	+		+	-	+
ОК- 8	+		+	+	+
ОК-11	+		+	+	+
ПК-16	+		+	+	+

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ИНТЕРАКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ

Методы, формы	Лекции (час)	Практические/ семинарские занятия (час)	Лабораторные занятия (час)	Всего
Анализ конкретных ситуаций		2/2		2/2
Дискуссия		4/2		4/2
Итого интерактивных занятий		6/4		6/4

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ (приводятся учебные, учебно-методические внутривузовские издания)

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс]: (введ. в действие приказом директора №106 от 19 июня 2015г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим до-ступа: <http://www.ngma.su>.
2. Основы психологической устойчивости [Текст]: курс лекций для бакалавров всех спец. / Н.А. Прокопишина; Новочерк. инж. – мелиор. ин т ДГАУ, каф. философии и педагогики. – Ново-черкасск, 2013. – 100 с. – 25 экз.
3. Основы психологической устойчивости [Текст]: метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Но-вочеркасск, 2013. - 38 с. - б/ц. 25 экз.
4. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс]: метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Но-вочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочер-касск, 2013. ЖМД; PDF; 0,65 МБ – Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9. – Загл. с экрана.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме зачета:

1. Классификация и характеристика экстремальных ситуаций. Субъекты экстремальной ситуации.
2. Способы саморегуляции эмоциональных состояний (терапевтическое воздействие музыки, эфирных масел, спектра цветов)
3. Характеристика риска. Общественное восприятие риска.
4. Способы саморегуляции эмоциональных состояний (управление вниманием, общее мышечное расслабление)
5. Виды психической напряженности и факторы развития опасной социальной ситуации (слухи, паника).
6. Техники снижения уровня тревоги и страха.
7. Норма психологического здоровья и его уровни. «Портрет» психологически здорового человека.
8. Общие рекомендации при нарушениях сна.
9. Психологическая устойчивость как основа психического здоровья личности.
10. Приемы самопомощи и взаимопомощи при неконтролируемой дрожи, двигательном возбуждении, гнев.
11. Характеристика факторов, раскрывающих психологическую сущность личности и выступающих в качестве условий формирования ее устойчивости.

12. Приемы самопомощи и взаимопомощи при плаче, истерике, злости.
 13. Понятие психологического стресса и факторы, оказывающие влияние на его развитие.
 14. Приемы самопомощи и взаимопомощи при страхе, тревоге, чувстве вины.
 15. Виды реакций человека на стресс и влияние особенностей личности на его развитие.
 16. Методы саморегуляции, применяемые для профилактики профессионального выгорания личности.
 17. Понятие посттравматического стрессового расстройства, его симптомы и формы.
 18. Профессионально важные качества будущего специалиста ГПС МЧС, его профессиональное становление и развитие.
 19. Характеристика механизмов психологических защит.
 20. Фазы и симптомы синдрома эмоционального выгорания специалиста экстремального профиля.
- Промежуточная аттестация студентами очной формы обучения может быть пройдена в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки знаний, включающей в себя проведение *текущего (ТК)*, *промежуточного (ПК)* и *итогового (ИК)* контроля по дисциплине «Основы психологической устойчивости».**
- Текущий контроль (ТК)** осуществляется в течение семестра и проводится по семинарским и практическим занятиям, а также по видам самостоятельной работы студентов (доклад).
- Возможными **формами ТК** являются: контрольная работа по практическим заданиям и для студентов заочной формы.
- Количество текущих контролей по дисциплине в семестре определяется кафедрой.
- В ходе **промежуточного контроля (ПК)** проверяются **теоретические знания**. Данный контроль проводится по разделам (модулям) дисциплины 2-3 раза в течение семестра в установленное рабочей программой время. Возможными формами контроля являются **тестирование** (с помощью компьютера или в печатном виде).
- Итоговый контроль (ИК)** – это **зачёт** по дисциплине в целом.
- Студенты, набравшие за работу в семестре от 60 и более баллов, не проходят промежуточную аттестацию в форме сдачи зачета.
- По дисциплине формами текущего контроля** являются:
- ТК1, ТК2, ТК3, ТК4** – решение задач и подготовленные ответы на практических занятиях;
- ТК5** - написание докладов.
- В течение семестра проводятся 2 **промежуточных контроля (ПК1, ПК2)**, состоящих из 2 этапов тестирования в печатном виде по пройденному теоретическому материалу.
- Итоговый контроль (ИК)** – зачет.
- Темы для написания докладов студентов очной формы обучения**
1. Классификации экстремальных ситуаций.
 2. Понятие риска и факторы, определяющие восприятие степени риска.
 3. Влияние экстремальной ситуации на познавательные процессы.
 4. Влияние экстремальной ситуации на эмоциональную сферу.
 5. Поведенческие и моторные реакции на экстремальную ситуацию.
 6. Стресс как реакция на экстремальную ситуацию.
 7. Типы переживаний в кризисных ситуациях (Ф.Е. Василюк).
 8. Динамика поведенческих реакций в экстремальных ситуациях.
 9. Психологическая характеристика страха.
 10. Индивидуально-психологические факторы адекватной адаптации в экстремальных ситуациях.
 11. Стратегии совладающего поведения.
 12. Суицид как реакция на кризис.
 13. Социально-психологические факторы преодоления экстремальных ситуаций.
 14. Социально-психологические характеристики поведения толпы в экстремальной ситуации.
 15. Понятие паники. Виды паники.
 16. Факторы экстремальности, виктимности, виктимология.
 17. Терроризм как способ социально-политического воздействия.
 18. Психология заложника.
 19. Основные симптомы посттравматического стрессового расстройства.
 20. Психофизиологические основы регуляции психического состояния
 21. Критерии диагностики посттравматического стрессового расстройства.
 22. Особенности проявления ПТСР у детей.
 23. Направления психологического обеспечения жизнедеятельности в связи с экстремальными условиями.
 24. Методы психокоррекционной работы с ПТСР.

25. Психологическая саморегуляция в стрессовых ситуациях.
26. Проблема «эмоционального выгорания» у специалистов, работающих с кризисными ситуациями и возможности её решения.
27. Психологическая травма - как переживание особого взаимодействия человека и окружающего мира.
28. Психологическая подготовка, как основа психологической устойчивости в ЧС.
29. Оценка и прогнозирование психологических потерь.
30. Основные причины различий состояния и активности людей ЧС.

Контрольная работа студентов заочной формы обучения

Работа состоит из четырех вопросов, охватывающих курс дисциплины, и выполняется по одному из указанных вариантов. Выбор варианта определяется *последней цифрой зачетной книжки*.

Перечень вариантов заданий контрольной работы, методика ее выполнения и необходимая литература приведены в методических указаниях для написания контрольной работы.

Полный фонд оценочных средств, включающий текущий контроль успеваемости и перечень контрольно-измерительных материалов (КИМ) приведен в приложении к рабочей программе.

Полный фонд оценочных средств, включающий текущий контроль успеваемости и перечень контрольно-измерительных материалов (КИМ) приведен в приложении к рабочей программе.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Основная литература

1. Столяренко, Л.Д. Психология [Текст] : учебник для вузов по дисц. "Психология и педагогика" / Л. Д. Столяренко. - СПб. [и др.] : Питер, 2013. - 591 с. 15 экз.
2. Прокопишина, Н.А. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс] : курс лекций [для студ. направл. "Техносферная безопасность"] / Н. А. Прокопишина ; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ. - Электрон. дан. - Новочеркасск, 2016. - ЖМД; PDF; 0,92 МБ. - Систем. требования : IBM PC ; Windows 7 ; Adobe Acrobat X Pro . - Загл. с экрана

Дополнительная литература

1. Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика [Текст] : [учебник для вузов по спец."Психология"] / Л. Ф. Бурлачук. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. ; СПб. [и др.] : Питер, 2012. - 379 с. 4 экз.
2. Основы психологической устойчивости [Текст] : метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 – "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики ; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 38 с. 25 экз.
3. Основы психологической устойчивости [Текст] : метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 – "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики ; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 14 с. - 20 экз.
4. Пырьев, Е. А. Психология труда [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е. А. Пырьев. - Электрон. дан. - М.Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 455 с. - ISBN 978-5-4475-7163-4. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436999> 26.08.2017
5. Немов, Р. С. Психология. Общие основы психологии [Электронный ресурс] : учебник. В 3 кн. Кн.1 / Р. С. Немов. - 5-е изд. - Электрон. дан. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013. - 688 с. - Гриф Мин. обр. - ISBN 978-5-691-01743-8. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234867> 26.08.2017.
6. Основы психологической устойчивости [Текст]: метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 38 с. - б/ц. 25 экз.
7. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс]: метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. ЖМД; PDF; 0,65 МБ – Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9. – Загл. с экрана.

8.3 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Наименование ресурса	Режим доступа
Научная электронная библиотека	http://www.philosophy.ru/catalog.html ;
Электронная библиотека свободного доступа	http://filosof.historic.ru ;
Справочная система Консультант Плюс	http://www.gumer.info/bogoslov Buks/Philos/index_philos.php ;
информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»	(http://window.edu.ru/)
Университетская библиотека	http://www.biblioclub.ru

8.4 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1. Положение о текущей аттестации обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора №119 от 14 июля 2015 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

2. Типовые формы титульных листов текстовой документации, выполняемой студентами в учебном процессе [Электронный ресурс] / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

Приступая к изучению дисциплины необходимо в первую очередь ознакомиться с содержанием РПД. Лекции имеют целью дать систематизированные основы научных знаний об общих вопросах дисциплины. При изучении и проработке теоретического материала для обучающихся необходимо:

- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;
- при самостоятельном изучении темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД литературные источники и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

8.5 Перечень информационных технологий используемых при осуществлении образовательного процесса, программного обеспечения и информационных справочных систем, для освоения обучающимися дисциплины

Наименование ресурса	Реквизиты договора
MS Windows XP .7.8.8.1.10 MS Office Professional	Соглашение OVS для решений ESV2162234
ЭБС «Лань»	<u>Договор №5 от 20.02.2016 г.</u> <u>Акт приема-передачи 3 280 от 21.02.2016 г.</u>
ЭБС «Университетская библиотека»	<u>Договор №216-12\15 от 19.01.2016</u>

9. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Реализация учебной дисциплины требует наличия стандартно оборудованной лекционной аудитории (наличие электрической розетки), аудитории для проведения практических занятий (проектор). Данным требованиям соответствуют аудитории: 201, 208, 210, 223, 361, 363, 330, 322.

Лекционные занятия проводятся в аудиториях общего пользования, оснащенных специальной мебелью, доской, и т.п., при необходимости аудитория оснащается переносными мультимедийными средствами (экран, проектор, акустическая система).

Практические занятия проводятся в аудиториях, оснащенных необходимыми наглядными пособиями: (например, плакаты, стенды и т.п.).

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

10. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Содержание дисциплины и условия организации обучения для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов корректируются при наличии таких обучающихся в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида, а так же методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования (утв. Минобрнауки России 08.04.2014 №АК-44-05 вн), Положением о методике оценки степени возможности включения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в общий образовательный процесс (НИМИ, 2015); Положением об обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в Новочеркасском инженерно-мелиоративном институте (НИМИ, 2015).

11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на 2018 – 2019 учебный год вносятся следующие изменения:

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс]: (введ. в действие приказом директора №106 от 19 июня 2015г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим до-ступа: <http://www.ngma.su>.
2. Основы психологической устойчивости [Текст]: курс лекций для бакалавров всех спец. / Н.А. Прокопишина; Новочерк. инж. – мелиор. ин т ДГАУ, каф. философии и педагогики. – Новочеркасск, 2013. – 100 с. – 25 экз.
3. Основы психологической устойчивости [Текст]: метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Но-вочеркасск, 2013. - 38 с. - б/ц. 25 экз.
4. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс]: метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Но-вочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочер-касск, 2013. ЖМД; PDF; 0,65 МБ – Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9. – Загл. с экрана.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме зачета:

1. Классификация и характеристика экстремальных ситуаций. Субъекты экстремальной ситуации.
2. Способы саморегуляции эмоциональных состояний (терапевтическое воздействие музыки, эфирных масел, спектра цветов)
3. Характеристика риска. Общественное восприятие риска.
4. Способы саморегуляции эмоциональных состояний (управление вниманием, общее мышечное расслабление)
5. Виды психической напряженности и факторы развития опасной социальной ситуации (слухи, паника).
6. Техники снижения уровня тревоги и страха.
7. Норма психологического здоровья и его уровни. «Портрет» психологически здорового человека.
8. Общие рекомендации при нарушениях сна.
9. Психологическая устойчивость как основа психического здоровья личности.
10. Приемы самопомощи и взаимопомощи при неконтролируемой дрожи, двигательном возбуждении, гнев.
11. Характеристика факторов, раскрывающих психологическую сущность личности и выступающих в качестве условий формирования ее устойчивости.
12. Приемы самопомощи и взаимопомощи при плаче, истерике, злости.
13. Понятие психологического стресса и факторы, оказывающие влияние на его развитие.
14. Приемы самопомощи и взаимопомощи при страхе, тревоге, чувстве вины.
15. Виды реакций человека на стресс и влияние особенностей личности на его развитие.
16. Методы саморегуляции, применяемые для профилактики профессионального выгорания личности.
17. Понятие посттравматического стрессового расстройства, его симптомы и формы.
18. Профессионально важные качества будущего специалиста ГПС МЧС, его профессиональное становление и развитие.
19. Характеристика механизмов психологических защит.
20. Фазы и симптомы синдрома эмоционального выгорания специалиста экстремального профиля.

Промежуточная аттестация студентами очной формы обучения может быть пройдена в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки знаний, включающей в себя проведение текущего (ТК), промежуточного (ПК) и итогового (ИК) контроля по дисциплине «Основы психологической устойчивости».

Текущий контроль (ТК) осуществляется в течение семестра и проводится по семинарским и практическим занятиям, а также по видам самостоятельной работы студентов (доклад).

Возможными **формами ТК** являются: контрольная работа по практическим заданиям и для студентов заочной формы.

Количество текущих контролей по дисциплине в семестре определяется кафедрой.

В ходе **промежуточного контроля (ПК)** проверяются **теоретические знания**. Данный контроль проводится по разделам (модулям) дисциплины 2-3 раза в течение семестра в установленное рабочей программой время. Возможными формами контроля являются **тестирование** (с помощью компьютера или в печатном виде).

Итоговый контроль (ИК) – это **зачёт** по дисциплине в целом.

Студенты, набравшие за работу в семестре от 60 и более баллов, не проходят промежуточную аттестацию в форме сдачи зачета.

По дисциплине **формами текущего контроля** являются:

ТК1, ТК2, ТК3, ТК4 – решение задач и подготовленные ответы на практических занятиях;

ТК5 - написание докладов.

В течение семестра проводятся 2 **промежуточных контроля (ПК1, ПК2)**, состоящих из 2 этапов тестирования в печатном виде по пройденному теоретическому материалу.

Итоговый контроль (ИК) – зачет.

Темы для написания докладов студентов очной формы обучения

1. Классификации экстремальных ситуаций.
2. Понятие риска и факторы, определяющие восприятие степени риска.
3. Влияние экстремальной ситуации на познавательные процессы.
4. Влияние экстремальной ситуации на эмоциональную сферу.
5. Поведенческие и моторные реакции на экстремальную ситуацию.
6. Стресс как реакция на экстремальную ситуацию.
7. Типы переживаний в кризисных ситуациях (Ф.Е. Василюк).
8. Динамика поведенческих реакций в экстремальных ситуациях.
9. Психологическая характеристика страха.
10. Индивидуально-психологические факторы адекватной адаптации в экстремальных ситуациях.
11. Стратегии совладающего поведения.
12. Суицид как реакция на кризис.
13. Социально-психологические факторы преодоления экстремальных ситуаций.
14. Социально-психологические характеристики поведения толпы в экстремальной ситуации.
15. Понятие паники. Виды паники.
16. Факторы экстремальности, виктимности, виктимология.
17. Терроризм как способ социально-политического воздействия.
18. Психология заложника.
19. Основные симптомы посттравматического стрессового расстройства.
20. Психофизиологические основы регуляции психического состояния
21. Критерии диагностики посттравматического стрессового расстройства.
22. Особенности проявления ПТСР у детей.
23. Направления психологического обеспечения жизнедеятельности в связи с экстремальными условиями.
24. Методы психокоррекционной работы с ПТСР.
25. Психологическая саморегуляция в стрессовых ситуациях.
26. Проблема «эмоционального выгорания» у специалистов, работающих с кризисными ситуациями и возможности её решения.
27. Психологическая травма - как переживание особого взаимодействия человека и окружающего мира.
28. Психологическая подготовка, как основа психологической устойчивости в ЧС.
29. Оценка и прогнозирование психологических потерь.
30. Основные причины различий состояния и активности людей ЧС.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Основная литература

1. Столяренко, Л.Д. Психология [Текст] : учебник для вузов по спец. "Психология и педагогика" / Л. Д. Столяренко. - СПб. [и др.] : Питер, 2013. - 591 с. 15 экз.
2. Прокопишина, Н.А. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс] : курс лекций [для студ. направл. "Техносферная безопасность"] / Н. А. Прокопишина ; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ. - Электрон. дан. - Новочеркасск, 2016. - ЖМД; PDF; 0,92 МБ. - Систем. требования : IBM PC ; Windows 7 ; Adobe Acrobat X Pro . - Загл. с экрана

8.2 Дополнительная литература

1. Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика [Текст] : [учебник для вузов по спец."Психология"] / Л. Ф. Бурлачук. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. ; СПб. [и др.] : Питер, 2012. - 379 с. 4 экз.
2. Основы психологической устойчивости [Текст] : метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 – "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики ; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 38 с. 25 экз.
3. Основы психологической устойчивости [Текст] : метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 – "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики ; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 14 с. - 20 экз.
4. Пырьев, Е. А. Психология труда [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е. А. Пырьев. - Электрон. дан. - М.Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 455 с. - ISBN 978-5-4475-7163-4. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436999> 26.08.2018
5. Немов, Р. С. Психология. Общие основы психологии [Электронный ресурс] : учебник. В 3 кн. Кн.1 / Р. С. Немов. - 5-е изд. - Электрон. дан. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013. - 688 с. - Гриф Мин. обр. - ISBN 978-5-691-01743-8. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234867> 26.08.2018.
6. Основы психологической устойчивости [Текст]: метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 38 с. - б/ц. 25 экз.
7. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс]: метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. ЖМД; PDF; 0,65 МБ – Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9. – Загл. с экрана.

8.3 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины, в том числе современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Наименование ресурса	Режим доступа
Информационно-правовой портал ГАРАНТ.РУ	http://www.garant.ru/
Справочная система Консультант Плюс	http://www.consultant.ru/
Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»	http://window.edu.ru/
Учебный портал НИМИ	www.bibl@ngma.su
Все для студента	www.twirpx.com
Электронная библиотека	http://vipbook.info
Электронная библиотека свободного доступа	www.window.edu.ru
Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти	http://www.jurizdat.ru/editions/official/bnafoiv/

8.4 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1.Положение о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора НИМИ Донской ГАУ №3-ОД от 18.01.2017 г.) /Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2018.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

2. Положение о текущей аттестации обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора №119 от 14 июля 2015 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

3. Типовые формы титульных листов текстовой документации, выполняемой студентами в учебном процессе [Электронный ресурс] / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

Приступая к изучению дисциплины необходимо в первую очередь ознакомиться с содержанием РПД. Лекции имеют целью дать систематизированные основы научных знаний об общих вопросах дисциплины. При изучении и проработке теоретического материала для обучающихся необходимо:

- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;

- при самостоятельном изучении темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД литературные источники и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

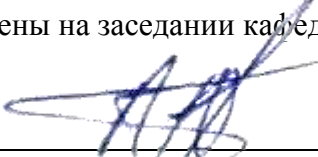
8.5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, программного обеспечения, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, для освоения обучающимися

Наименование ресурса	Реквизиты договора
MicrosoftOfficeProfessional	Соглашение OVS для решений ES #V2162234
«Консультант плюс»	Регистрационная карта «Консультант Плюс» №233578
Договор № 48-п на передачу произведения науки и неисключительных прав на его использовании от 27.04.2018г. с ФГБНУ «РосНИИПМ»	С 27.04.2018г. до окончания неискл. прав на произведение
Договор № 010-01/18 об оказании информационных услуг от 16.01.2018г. с ООО «НексМедиа»	С 16.01.2018 г. по 19.01.2019 г.
Договор поставки периодических изданий №11 от 18.04.2018г. с ООО «Урал-Пресс ЮГ»	С 18.04.2018 г. по 31.12.2018 г.
Договор поставки периодических изданий №12 от 18.04.2018г. с ООО «Урал-Пресс ЮГ»	С 18.04.2018 г. по 31.12.2018 г.
Лицензионный договор № ДогОИЦ0787/ЭБ-17-1 от 27.03.2017 с ООО «Образовательно - Издательский центр «Академия» для СПО	с 27.03.2017 г. по 27.03.2020 г.
Лицензионный договор № ДогОИЦ0787/ЭБ-17-2 от 18.04.2017 с ООО «Образовательно - Издательский центр «Академия» для СПО	с 18.04.2017 г. по 18.04.2020 г.
Договор № р08/11 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 30.11.2017 г. с ООО «Издательство Лань»	с 30.11.2017 г. по 31.12.2025 г.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры «27» августа 2018 г

Заведующий кафедрой


(подпись)

Грищенко А.Н.

внесенные изменения утверждаю: «27» августа 2018 г

Декан факультета



11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на 2019 - 2020 учебный год вносятся следующие изменения:

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс]: (введ. в действие приказом директора №106 от 19 июня 2015г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим до-ступа: <http://www.ngma.su>.
2. Основы психологической устойчивости [Текст]: курс лекций для бакалавров всех спец. / Н.А. Прокопишина; Новочерк. инж. – мелиор. ин т ДГАУ, каф. философии и педагогики. – Новочеркасск, 2013. – 100 с. – 25 экз.
3. Основы психологической устойчивости [Текст]: метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Но-вочеркасск, 2013. - 38 с. - б/ц. 25 экз.
4. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс]: метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Но-вочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочер-касск, 2013. ЖМД; PDF; 0,65 МБ – Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9. – Загл. с экрана.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме зачета:

1. Классификация и характеристика экстремальных ситуаций. Субъекты экстремальной ситуации.
2. Способы саморегуляции эмоциональных состояний (терапевтическое воздействие музыки, эфирных масел, спектра цветов)
3. Характеристика риска. Общественное восприятие риска.
4. Способы саморегуляции эмоциональных состояний (управление вниманием, общее мышечное расслабление)
5. Виды психической напряженности и факторы развития опасной социальной ситуации (слухи, паника).
6. Техники снижения уровня тревоги и страха.
7. Норма психологического здоровья и его уровни. «Портрет» психологически здорового человека.
8. Общие рекомендации при нарушениях сна.
9. Психологическая устойчивость как основа психического здоровья личности.
10. Приемы самопомощи и взаимопомощи при неконтролируемой дрожи, двигательном возбуждении, гнев.
11. Характеристика факторов, раскрывающих психологическую сущность личности и выступающих в качестве условий формирования ее устойчивости.
12. Приемы самопомощи и взаимопомощи при плаче, истерике, злости.
13. Понятие психологического стресса и факторы, оказывающие влияние на его развитие.
14. Приемы самопомощи и взаимопомощи при страхе, тревоге, чувстве вины.
15. Виды реакций человека на стресс и влияние особенностей личности на его развитие.
16. Методы саморегуляции, применяемые для профилактики профессионального выгорания личности.
17. Понятие посттравматического стрессового расстройства, его симптомы и формы.
18. Профессионально важные качества будущего специалиста ГПС МЧС, его профессиональное становление и развитие.
19. Характеристика механизмов психологических защит.
20. Фазы и симптомы синдрома эмоционального выгорания специалиста экстремального профиля.

Промежуточная аттестация студентами очной формы обучения может быть пройдена в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки знаний, включающей в себя проведение *текущего (ТК)*, *промежуточного (ПК)* и *итогового (ИК)* контроля по дисциплине «Основы психологической устойчивости».

Текущий контроль (ТК) осуществляется в течение семестра и проводится по семинарским и практическим занятиям, а также по видам самостоятельной работы студентов (доклад).

Возможными **формами ТК** являются: контрольная работа по практическим заданиям и для студентов заочной формы.

Количество текущих контролей по дисциплине в семестре определяется кафедрой.

В ходе **промежуточного контроля (ПК)** проверяются **теоретические знания**. Данный контроль проводится по разделам (модулям) дисциплины 2-3 раза в течение семестра в установленное рабочей программой время. Возможными формами контроля являются **тестирование** (с помощью компьютера или в печатном виде).

Итоговый контроль (ИК) – это **зачёт** по дисциплине в целом.

Студенты, набравшие за работу в семестре от 60 и более баллов, не проходят промежуточную аттестацию в форме сдачи зачета.

По дисциплине **формами текущего контроля** являются:

ТК1, ТК2, ТК3, ТК4 – решение задач и подготовленные ответы на практических занятиях;

ТК5 - написание докладов.

В течение семестра проводятся 2 **промежуточных контроля (ПК1, ПК2)**, состоящих из 2 этапов тестирования в печатном виде по пройденному теоретическому материалу.

Итоговый контроль (ИК) – зачет.

Темы для написания докладов студентов очной формы обучения

1. Классификации экстремальных ситуаций.
2. Понятие риска и факторы, определяющие восприятие степени риска.
3. Влияние экстремальной ситуации на познавательные процессы.
4. Влияние экстремальной ситуации на эмоциональную сферу.
5. Поведенческие и моторные реакции на экстремальную ситуацию.
6. Стресс как реакция на экстремальную ситуацию.
7. Типы переживаний в кризисных ситуациях (Ф.Е. Василюк).
8. Динамика поведенческих реакций в экстремальных ситуациях.
9. Психологическая характеристика страха.
10. Индивидуально-психологические факторы адекватной адаптации в экстремальных ситуациях.
11. Стратегии совладающего поведения.
12. Суицид как реакция на кризис.
13. Социально-психологические факторы преодоления экстремальных ситуаций.
14. Социально-психологические характеристики поведения толпы в экстремальной ситуации.
15. Понятие паники. Виды паники.
16. Факторы экстремальности, виктимности, виктимология.
17. Терроризм как способ социально-политического воздействия.
18. Психология заложника.
19. Основные симптомы посттравматического стрессового расстройства.
20. Психофизиологические основы регуляции психического состояния
21. Критерии диагностики посттравматического стрессового расстройства.
22. Особенности проявления ПТСР у детей.
23. Направления психологического обеспечения жизнедеятельности в связи с экстремальными условиями.
24. Методы психокоррекционной работы с ПТСР.
25. Психологическая саморегуляция в стрессовых ситуациях.
26. Проблема «эмоционального выгорания» у специалистов, работающих с кризисными ситуациями и возможности её решения.
27. Психологическая травма - как переживание особого взаимодействия человека и окружающего мира.
28. Психологическая подготовка, как основа психологической устойчивости в ЧС.
29. Оценка и прогнозирование психологических потерь.
30. Основные причины различий состояния и активности людей ЧС.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Основная литература

1. Столяренко, Л.Д. Психология [Текст] : учебник для вузов по спец. "Психология и педагогика" / Л. Д. Столяренко. - СПб. [и др.] : Питер, 2013. - 591 с. 15 экз.
2. Прокопишина, Н.А. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс] : курс лекций [для студ. направл. "Техносферная безопасность"] / Н. А. Прокопишина ; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ. - Электрон. дан. - Новочеркасск, 2016. - ЖМД; PDF; 0,92 МБ. - Систем. требования : IBM PC ; Windows 7 ; Adobe Acrobat X Pro . - Загл. с экрана

8.2 Дополнительная литература

1. Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика [Текст] : [учебник для вузов по спец."Психология"] / Л. Ф. Бурлачук. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. ; СПб. [и др.] : Питер, 2012. - 379 с. 4 экз.
2. Основы психологической устойчивости [Текст] : метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 – "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики ; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 38 с. 25 экз.
3. Основы психологической устойчивости [Текст] : метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 – "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики ; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 14 с. - 20 экз.
4. Пырьев, Е. А. Психология труда [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е. А. Пырьев. - Электрон. дан. - М.Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 455 с. - ISBN 978-5-4475-7163-4. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436999> 26.08.2019
5. Немов, Р. С. Психология. Общие основы психологии [Электронный ресурс] : учебник. В 3 кн. Кн.1 / Р. С. Немов. - 5-е изд. - Электрон. дан. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013. - 688 с. - Гриф Мин. обр. - ISBN 978-5-691-01743-8. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234867> 26.08.2019.
6. Основы психологической устойчивости [Текст]: метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 38 с. - б/ц. 25 экз.
7. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс]: метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. ЖМД; PDF; 0,65 МБ – Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9. – Загл. с экрана.

8.3 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины, в том числе современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Наименование ресурса	Режим доступа
Информационно-правовой портал ГАРАНТ.РУ	http://www.garant.ru/
Справочная система Консультант Плюс	http://www.consultant.ru/
Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»	http://window.edu.ru/
Учебный портал НИМИ	www.bibl@ngma.su
Все для студента	www.twirpx.com
Электронная библиотека	http://vipbook.info
Электронная библиотека свободного доступа	www.window.edu.ru
Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти	http://www.jurizdat.ru/editions/official/bnafoiv/

8.4 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

4. Положение о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора НИМИ Донской ГАУ №3-ОД от 18.01.2017 г.) /Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2018.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

2. Положение о текущей аттестации обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора №119 от 14 июля 2015 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

3. Типовые формы титульных листов текстовой документации, выполняемой студентами в учебном процессе [Электронный ресурс] / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

Приступая к изучению дисциплины необходимо в первую очередь ознакомиться с содержанием РПД. Лекции имеют целью дать систематизированные основы научных знаний об общих вопросах дисциплины. При изучении и проработке теоретического материала для обучающихся необходимо:

- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;

- при самостоятельном изучении темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД литературные источники и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

8.5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, программного обеспечения, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, для освоения обучающимися

Наименование ресурса	Реквизиты договора
MicrosoftOfficeProfessional	Соглашение OVS для решений ES #V2162234
«Консультант плюс»	Регистрационная карта «Консультант Плюс» №233578
Договор № 48-п на передачу произведения науки и неисключительных прав на его использование от 27.04.2018г. с ФГБНУ «РосНИИПМ»	С 27.04.2018г. до окончания неискл. прав на произведение
Договор № 010-01/18 об оказании информационных услуг от 16.01.2018г. с ООО «НексМедиа»	С 16.01.2018 г. по 19.01.2019 г.
Договор поставки периодических изданий №11 от 18.04.2018г. с ООО «Урал-Пресс ЮГ»	С 18.04.2018 г. по 31.12.2018 г.
Договор поставки периодических изданий №12 от 18.04.2018г. с ООО «Урал-Пресс ЮГ»	С 18.04.2018 г. по 31.12.2018 г.
Лицензионный договор № ДогОИЦ0787/ЭБ-17-1 от 27.03.2017 с ООО «Образовательно - Издательский центр «Академия» для СПО	с 27.03.2017 г. по 27.03.2020 г.
Лицензионный договор № ДогОИЦ0787/ЭБ-17-2 от 18.04.2017 с ООО «Образовательно - Издательский центр «Академия» для СПО	с 18.04.2017 г. по 18.04.2020 г.
Договор № p08/11 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 30.11.2017 г. с ООО «Издательство Лань»	с 30.11.2017 г. по 31.12.2025 г.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры «26» августа 2019 г

Заведующий кафедрой


(подпись)

Долгалева Б.А.

внесенные изменения утверждаю: «30 » августа 2019 г
Декан факультета



11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на весенний семестр 2019 - 2020 учебного года вносятся изменения : дополнено содержание следующих разделов и подразделов рабочей программы:

8.3 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины, в том числе современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Перечень договоров ЭБС образовательной организации на 2019-20 уч. год

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2019/2020	Договор № 11/2020 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным экземплярам произведений научного, учебного характера, составляющим базу данных ЭБС «ЛАНЬ» от 11.02.2020 г. с ООО «ЭБС ЛАНЬ»	с 20.02.2020 г. по 20.02.2021 г.
2019/2020	Договор № СЭБ № НВ-171 на оказание услуг от 18.12.2019 г. с ООО «ЭБС ЛАНЬ»	с 18.12.2019 г. по 31.12.2022 г.
2019/2020	Договор № 501-01/20 об оказании информационных услуг от 22.01.2020 г. с ООО «НексМедиа»	с 20.01.2020 г. по 19.01.2026 г.
2019/2020	Договор № 11 оказания услуг одностороннего доступа к ресурсам научно-технической библиотеки от 29.10.2019 г. ФГАОУ ВО «РГУ нефти и газа (НИУ) имени И.М. Губкина» (Нефтегазовое дело)	с 29.10.2019 г. по 28.10.2020 г. с последующей пролонгацией
2019/2020	Договор № 10 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 28.10.2019 г. с ООО «ЭБС Лань»	с 28.10.2019 г. по 28.10.2020 г.

8.5 Перечень информационных технологий и программного обеспечения, используемых при осуществлении образовательного процесса

Перечень лицензионного программного обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
с 01.09.2019 г. по 31.08.2020 г.	
Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат. ВУЗ» версии 3.3»; Программное обеспечение «Модуль поиска текстовых заимствований «Объединенная коллекция»	Лицензионный договор № 1446 от 03.02.2020 г. АО «Антиплагиат» (с 03.02.2020 г. по 03.02.2021 г.).
	Сублицензионный договор № Tr000418096/44 от 20.12.2019 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 20.12.2019 г. по 20.12.2020 г.) Сублицензионный договор № Tr000418096/45 от 20.12.2019 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 20.12.2019 г. по 20.12.2020 г.)

Дополнения и изменения рассмотрены на заседании кафедры «27» февраля 2020 г.

Заведующий кафедрой

(подпись)

Долгалев Б.А.
(Ф.И.О.)

внесённые изменения утверждаю: «27» февраля 2020 г.

Декан факультета

11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на 2020 - 2021 учебный год вносятся следующие изменения:

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся в НИМИ ДГАУ: (введ. в действие приказом директора №106 от 19 июня 2015г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.. - URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 26.08.2020). - Текст : электронный.

2. Основы психологической устойчивости [Текст]: курс лекций для бакалавров всех спец. / Н.А. Прокопишина; Новочерк. инж. – мелиор. ин т ДГАУ, каф. философии и педагогики. – Новочеркасск, 2013. – 100 с. – 25 экз.

3. Основы психологической устойчивости [Текст]: метод. указ. к семинарским занятиям и вып. контр. работы для студ. заоч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Но-вочеркасск, 2013. - 38 с. - б/ц. 25 экз.

4. Основы психологической устойчивости [Электронный ресурс]: метод. указ. к семинарским занятиям для студ. оч. формы обуч. направл. 280700.62 - "Техносферная безопасность" / Но-вочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочер-касск, 2013. ЖМД; PDF; 0,65 МБ – Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9. – Загл. с экрана.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ЗАДАНИЯ, ВЫНОСИМЫЕ НА ЗАЧЕТ В ФОРМЕ ДИСТАНЦИОННОГО ТЕСТИРОВАНИЯ:

1. Конкретный человек, взятый в системе его устойчивых психологических характеристик, которые проявляются в общественных связях, определяют его нравственные поступки и имеют значение для него самого и окружающих, это:

- а) индивид
- б) личность
- в) индивидуальность
- г) самодостаточная личность

2. Совокупность индивидуальных психических свойств, складывающихся в деятельности и проявляющихся в типичных для человека способах деятельности, формах поведения называется:

- а) темперамент
- б) индивидуальные свойства
- в) характер
- г) Я-концепция

3. Процесс, с помощью которого человек познает себя и относится к самому себе, называется:

- а) самопознание
- б) самооценка
- в) образ Я
- г) самоотношение

4. Сознательное регулирование человеком своего поведения, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при достижении цели называется:

- а) сознанием
- б) саморегуляцией
- в) самоконтролем
- г) волей

5. Человек, склонный к экзальтации, обладающий повышенной эмоциональностью, словоохотливостью, любящий спорить, альтруист, имеющий хороший вкус, склонный к паникерству и подверженный сиюминутным настроениям, принадлежит к какому типу акцентуаций по классификации Леонгарда?

- а) гипертим
- б) застревающий
- в) экзальтированный
- г) дистим

6. Направленность и сосредоточенность психической деятельности на чем-либо определенном при одновременном отвлечении от всего другого называется:

- а) мышлением

- б) вниманием
 - в) восприятием
 - г) воспроизведением
7. Если работник теряет свой обычный режим рабочего дня, так проявляется:
- а) физиологический симптом профессионального выгорания
 - б) социально-психологический симптом профессионального выгорания
 - в) поведенческий симптом профессионального выгорания
 - г) у него просто семейные проблемы
8. Зависимость восприятия от общего содержания нашей психической жизни называется:
- а) осмысленность
 - б) апперцепция
 - в) избирательность
 - г) закон Фигуры и фона
9. Накопившиеся изменения сложившейся структуры деятельности и личности, негативно сказывающиеся на продуктивности труда и взаимодействии с другими участниками этого процесса, а также на развитии самой личности называются:
- а) утомлением
 - б) профессиональной деформацией
 - в) профессиональным выгоранием
 - г) влиянием монотонности
10. Синдром, возникающий на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов работающего человека, называется:
- а) состоянием утомления
 - б) профессиональной деформацией
 - в) профессиональным выгоранием
 - г) состоянием монотонности
11. Установка – это:
- а) способность человека осознанно сосредоточиться на самом себе;
 - б) неспецифический ответ организма на любое предъявляемое ему требование;
 - в) предвзятое, не подтвержденное фактами суждение о человеке;
 - г) определенный взгляд на предмет, человека на идею, основанный на убеждениях, эмоциям и поведении.
12. Агрессия – это прежде всего:
- а) эмоция;
 - б) мотив;
 - в) установка;
 - г) определенное поведение.
13. Фрустрация – это:
- а) зависимость восприятия предметов и явлений от предшествующего опыта, от особенностей человека;
 - б) психологическое состояние, возникающее вследствие реальной или воображаемой помехи, препятствующей достижению цели;
 - в) потеря какого –либо объекта, человека, информации;
 - г) чрезмерная выраженность отдельных черт характера и их сочетаний.
14. Усилению агрессии наиболее способствуют:
- а) низкие температуры;
 - б) средние температуры;
 - в) умеренно высокие температуры;
 - г) очень высокие температуры.
15. Усилению агрессии способствуют:
- а) смягчающие обстоятельства;
 - б) злоумышленные и преднамеренные провокации;
 - в) умеренные эротические стимуляции;
 - г) наглядные примеры неагрессивного поведения.
16. Здоровье – это:
- а) состояние динамического равновесия между человеком и окружающей средой;
 - б) оптимальное функционирование индивидуумов, семейств и общин;
 - в) состояние, позволяющее людям достигать оптимального уровня жизнедеятельности;
 - г) все ответы верны.
17. Психогигиена – это:
- а) система лечебного воздействия на психику и через психику на организм пациента;
 - б) метод лечения психических и соматических процессов в их взаимосвязи;

- в) дисциплина, которая разрабатывает и внедряет в практику мероприятия, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья;
- г) дисциплина, которая разрабатывает и внедряет в практику меры по предупреждению психических расстройств.
18. Первичная психопрофилактика – это:
- а) борьба с патогенными воздействиями окружающей среды, вызывающими нарушения психики;
- б) фармакотерапия;
- в) профилактика рецидивов заболевания;
- г) профилактика хронизации заболеваний.
19. Психотерапия – это:
- а) метод оказания влияния, приводящий в движение процесс научения;
- б) комплекс явлений, происходящий в ходе взаимодействия и общения;
- в) метод лечения, влияющий на психическую и соматическую деятельность организма;
- г) все ответы верны.
20. Гипотимия – это:
- а) снижение памяти;
- б) пониженное настроение;
- в) пониженная чувствительность;
- г) снижение уровня кислорода в тканях.
21. Рефлексия – это:
- а) процесс познания человеком своих внутренних психических свойств, состояний, процессов;
- б) способность одновременного успешного выполнения двух различных видов деятельности или более;
- в) способность человека осознанно сосредоточиться на самом себе;
- г) способность человека представить, как он воспринимается партнером по общению.
21. Нормальная реакция на ненормальные обстоятельства у человека, который пережил нечто, выходящее за рамки обычного человеческого опыта – это ...
- а) травматический стресс
- б) постстрессовое расстройство
- в) посттравматическое расстройство личности
- г) острое стрессовое расстройство
22. Выделяют три вида посттравматических стрессовых расстройств: ...
- а) острое, хроническое, отсроченное
- б) острое, подострое, хроническое
- в) тревожное, астеническое, соматоформное
- г) физиологическое, травматическое, психическое
23. Посттравматическое стрессовое расстройство по времени возникновения начинается спустя более ...
- а) 1 месяца
- б) 2 суток
- в) 6 месяцев
- г) 3 месяцев
- 24 Тяжелые переживания с возбуждением, которые были вызваны ситуацией, напоминающей о травматических событиях относятся к критерию диагностики ПТСР -
- а) повторные переживания (флэшбэки)
- б) симптомы избегания
- в) симптомы возбуждения
- г) дистресс и дезадаптация
25. В проявлении ПТСР встречаются различные симптомы нарушений. Так сверхбдительность, преувеличенное реагирование, агрессивность характерны для ПТСР у ...
- а) жертв насилия
- б) жертв терактов
- в) лиц при синдроме утраты
- г) участников военных действий
26. Снижение чувствительности к боли, отрицание факта утраты характерны для стадии синдрома утраты - ...
- а) поиска
- б) шока и оцепенения
- в) острого горя
- г) восстановления
27. Отсроченное посттравматическое стрессовое расстройство возникает спустя _ после травматизации экстремальной ситуацией.
- а) более 6 месяцев
- б) более 3 месяцев

- в) более 1 месяц
 г) более 4 недель
28. Изменения во внутреннем опыте специалиста, которые возникают в результате его эмпатической вовлечённости в отношения с клиентом, переживающим психологическую травму называется ...
 а) профессиональным выгоранием
 б) эмоциональным истощением
 в) рабочим альянсом
 г) вторичной травмой
29. Различные формы поведения толпы называют ...
 а) циркулярной реакцией
 б) стихийным массовым поведением
 в) паникой
 г) скоплением людей
30. Скопление людей, не объединённых общностью целей, но связанных общим центром внимания и объёмах ужасом со стремлением каждого избежать воображаемой опасности называется _ толпой.
 а) повстанческой
 б) агрессивной
 в) панической
 г) окказиональной

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Основная литература

1. Столяренко, Л.Д. Психология : учебник для вузов по дисциплине "Психология и педагогика" / Л. Д. Столяренко. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2013. - 591 с. - (Учебник для вузов). - Гриф Мин. обр. - ISBN 978-5-496-00045-1 : 434-93. - Текст : непосредственный. 15 экз.
2. Прокопишина, Н.А. Основы психологической устойчивости : курс лекций [для студентов направления "Техносферная безопасность"] / Н. А. Прокопишина ; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ. - Новочеркасск, 2016. - URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 26.08.2020). - Текст : электронный.
3. Прокопишина, Н.А. Основы психологической устойчивости : курс лекций [для студентов направления "Техносферная безопасность"] / Н. А. Прокопишина ; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ. - Новочеркасск, 2016. - 99 с. - б/ц. - Текст : непосредственный. 2 экз.

8.2. Дополнительная литература

1. Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика : [учебник для вузов по специальности "Психология"] / Л. Ф. Бурлачук. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва ; Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2012. - 379 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 978-5-459-00611-7 : 370-50. - Текст : непосредственный. 4 экз.
2. Основы психологической устойчивости : методические указания к семинарским занятиям и выполнению контрольной работы для студентов заочной формы обучения направления 280700.62 – "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики ; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 38 с. - б/ц. - Текст : непосредственный. 25 экз.
3. Основы психологической устойчивости : методические указания к семинарским занятиям для студентов очной формы обучения направления 280700.62 – "Техносферная безопасность" / Новочерк. гос. мелиор. акад., каф. философии и педагогики ; сост. Н.А. Прокопишина. - Новочеркасск, 2013. - 14 с. - б/ц. - Текст : непосредственный. 20 экз.
4. Пырьев, Е. А. Психология труда : учебное пособие / Е. А. Пырьев. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 455 с. - URL : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436999> (дата обращения: 26.08.2020). - ISBN 978-5-4475-7163-4. - Текст : электронный.
5. Гуревич, П. С. Психология чрезвычайных ситуаций : учебное пособие / П. С. Гуревич. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 495 с. - (Актуальная психология). - URL : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=118127> (дата обращения: 26.08.2020). - ISBN 978-5-238-01246-9. - Текст : электронный.
6. Основы психологической устойчивости : методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям для студентов всех направлений / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ ; сост. М.В. Литвяков. - Новочеркасск, 2017. - URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 26.08.2020). - Текст : электронный.

8.5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, программного обеспечения, современных профессиональных баз данных и информационных справочных

систем, для освоения обучающимися

Перечень лицензионного программного обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
2020г.	
Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат. ВУЗ» версии 3.3»; Программное обеспечение «Модуль поиска текстовых заимствований «Объединенная коллекция»	Лицензионный договор № 1446 от 03.02.2020 г. АО «Антиплагиат» (с 03.02.2020 г. по 03.02.2021 г.).
Microsoft. Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise	Сублицензионный договор № Tr000418096/44 от 20.12.2019 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 20.12.2019 г. по 20.12.2020 г.) Сублицензионный договор № Tr000418096/45 от 20.12.2019 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 20.12.2019 г. по 20.12.2020 г.)
Dr.Web®Desktop Security Suite Антивирус + ЦУ	Государственный (муниципальный) контракт № РГА05210005 от 21.05.2019 г. на передачу неисключительных прав на использование программ для ЭВМ ООО «Компания ГЭНДАЛЬФ» (с 21.05.2019 г. по 31.05.2020 г.)
Тестирующая система «Профессионал»	Свидетельство о регистрации электронного ресурса № 18999 от 14.03.2013 г. Институт научной и педагогической информации РАО (бессрочно).
Контрольно-обучающая система «Знание»	Свидетельство о регистрации электронного ресурса № 17207 от 22.06.2011 г. Институт научной информации и мониторинга РАО (бессрочно).
Система мониторинга качества знаний «ЭЛТЕС НГМА»	Свидетельство об отраслевой регистрации разработки №10603 от 05.05.2008 г. ФГНУ «Государственный координационный центр информационных технологий» (бессрочно).

9. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, ауд. 208 (на 88 посадочных мест) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111.	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: Набор демонстрационного оборудования (переносной проектор, экран, ноутбук); Учебно-наглядные пособия; Доска – 1 шт.; Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 223 (на 24 посадочных места) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран - 1 шт., проектор - 1 шт., нетбук - 1 шт.; Учебно-наглядные пособия; Доска – 1 шт.;
Учебная аудитория для проведения групповых занятий и индивидуальных консультаций, ауд. 223 (на 24 посадочных места) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	

Учебная аудитория для проведения текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации, ауд. 223 (на 24 посадочных места) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ), ауд. 336 (на 20 посадочных мест) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111.	
Помещение для самостоятельной работы, ауд. П17 (на 12 посадочных мест) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Помещение укомплектовано специализированной мебелью и оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду НИМИ Донской ГАУ: Компьютер Pro-511 – 12 шт.; Монитор 17" ЖК VS – 12 шт.; Принтер – 3 шт.; Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.
Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, ауд. П15 по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Помещение укомплектовано специализированной мебелью и оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду института НИМИ Донской ГАУ: – Компьютер – 1 шт.; – Монитор – 1 шт.; – Стол – 5 шт.; – Установочные диски с программным обеспечением; – Места для хранения компьютерной техники; – Рабочие места сотрудников.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры «27» августа 2020 г
Заведующий кафедрой _____ Долгалева Б.А.

(подпись)

внесенные изменения утверждаю: «27 » августа 2020 г

Декан факультета _____

(подпись)

11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на весенний семестр 2020 - 2021 учебного года вносятся изменения: дополнено содержание следующих разделов и подразделов рабочей программы:

8.5 Перечень информационных технологий и программного обеспечения, используемых при осуществлении образовательного процесса

Перечень лицензионного программного обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
с 01.09.2020 г. по 31.08.2021 г.	
Dr.Web®DesktopSecuritySuiteАнтивирус + ЦУ	Государственный (муниципальный) контракт № РЦА05150002 от 15.05.2020 г. на передачу неисключительных прав на использование программ для ЭВМ ООО «Айти центр» (с 15.05.2020 г. по 15.05.2021 г.)

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры

Протокол № 7

от «26» февраля 2021 г.

Заведующий кафедрой ИФиСТ

(подпись)

Ищенко А.С.

(Ф.И.О.)

Внесенные изменения утверждаю:

Декан факультета

(подпись)

11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на 2021 - 2022 учебный год вносятся следующие дополнения и изменения - обновлено и актуализировано содержание следующих разделов и подразделов рабочей программы:

8.3 Современные профессиональные базы и информационные справочные системы

Базы данных ООО "Пресс-Информ" (Консультант +)	Договор №01674/2021 от 25.01.2021 ООО "Пресс-Информ" (Консультант +)
Базы данных ООО "Региональный информационный индекс цитирования"	Договор № АК 1185 от 19.03.2021 ООО "Региональный информационный индекс цитирования" (21.03.21 г. по 20.03.22 г.)
Базы данных ООО Научная электронная библиотека	Лицензионный договор № SIO-13947/18016/2020 от 11.09.2020 ООО Научная электронная библиотека
Базы данных ООО "Гросс Систем.Информация и решения"	Контракт № 24/12 от 24.12.2020 ООО "Гросс Систем.Информация и решения"

Перечень договоров ЭБС образовательной организации на 2021-22 уч. год

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2021/2022	Договор № 1/2021 от 15.02.2021 г. с ООО «ЭБС Лань» на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям коллекций: «Лесное хозяйство и лесоинженерное дело – Издательства Лань» и отдельно наб книг из других разделов. Доп.соглашение №1 от 20.02.21 к Дог № 1 от 15.02.2021 г. Лань	с 20.02.2021 г. по 19.02.2022 г.
2021/2022	Договор №2/2021 с ООО«ЭБС Лань» на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям коллекций: «Лесное хозяйство и лесоинженерное дело – Воронежский государственный лесотехнический университет имени Г.Ф. Морозова», «Лесное хозяйство и лесоинженерное дело – Поволжский государственный технологический университет» с ООО «ЭБС Лань» и отдельно на книги из разделов: «Биология», «Экология», «Химия» Доп.соглашение №1 от 20.02.21 к Дог.№ 2 от 15.02.2021 г. Лань	с 20.02.2021 г. по 19.02.2022 г.
2021/2022	Договор № 12 по предоставлению доступа к электронным изданиям коллекции «Инженерно-технические науки - Издательство ТюмГНГУ»от 27.10.2020 г. с ООО «ЭБС Лань» (Нефтегазовое дело)	с 28.10.2020 г. по 27.10.2021 г.

8.5 Перечень информационных технологий и программного обеспечения, используемых при осуществлении образовательного процесса

Перечень лицензионного программного обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат. ВУЗ» (интернет-версия); Модуль «Программный комплекс поиска текстовых заимствований в открытых источниках сети интернет»	Лицензионный договор № 3343 от 29.01.2021 г.. АО «Антиплагиат» (с 29.01.2021 г. по 29.01.2022 г.).

Microsoft. Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise (MS Windows XP,7,8, 8.1, 10; MS Office professional; MS Windows Server; MS Project Expert 2010 Professional)	Сублицензионный договор №502 от 03.12.2020 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 03.12.2020 г. по 02.12.2021 г.)
Dr.Web@DesktopSecuritySuiteАнтивирус К3+ ЦУ	Государственный (муниципальный) контракт № РЦА06150002 от 15.06.2021 г. на передачу неисключительных прав на использование программ для ЭВМ ООО «АЙТИ ЦЕНТ» (с 15.06.2021 г. по 15.06.2022 г.)

Дополнения и изменения рассмотрены на заседании кафедры «26» августа 2021 г.

Внесенные дополнения и изменения утверждаю: «26» августа 2021 г.

Декан факультета


(подпись)

Федорян А.В.
(Ф.И.О.)