

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАМЧАТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «КамчатГТУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ЭКОНОМИКИ И УПРАВЛЕНИЯ

Кафедра «История и философия»

УТВЕРЖДАЮ
Декан мореходного факультета
Ю. Труднев /С. Ю. Труднев/
2015 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Психология экстремальных ситуаций»

специальность
26.05.05 «Судовождение»
(уровень подготовки – специалитет)

специализация:
«Промысловое судовождение»

Петропавловск-Камчатский,
2025

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО специальности 26.05.05
«Судовождение».

Составитель рабочей программы
Ст. преподаватель кафедры «История и философия»  Г. В. Безуглая

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры «История и философия»
«16» июня 2025 г., протокол №06

И.о. заведующего кафедрой «История и философия»
«16» июня 2025 г.  В. В. Агафонов

1 Цели и задачи дисциплины, ее место в учебном процессе

Целью изучения дисциплины является получение обучающимися углубленных знаний, умений и навыков в области психологических аспектов экстремальных ситуаций в соответствии с современными научными представлениями. Приобретение таких знаний и навыков составляет важное условие для квалифицированного матроса судоводителя задач в различных напряженных и экстремальных ситуациях, оказания психологической помощи пострадавшим.

Основными **задачами** курса являются:

- изучение закономерностей переживания кризиса, «спровоцированного» трудными и экстремальными ситуациями;
- изучение основных подходов к оказанию психологической помощи в ситуациях различной степени сложности – от «неприятностей обыденной жизни», которые являются естественной составляющей жизненного пути личности, до экстремальных.

2 Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Универсальные:

УК-1 – Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий;

УК-3 – Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с установленными в программе специалитета индикаторами достижения компетенций, представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с установленными в программе специалитета индикаторами достижения компетенций

| Код компетенции | Наименование компетенции | Код и наименование индикатора достижения УК (в соответствии с Международной конвенцией о подготовке и дипломировании моряков и несении вахты от 1978 года с поправками) | Планируемый результат обучения по дисциплине | Код показателя освоения |
|------------------------|--|--|--|----------------------------------|
| УК-1 | Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий | ИД-1 _{УК-1} Умеет анализировать задачу, выделяя ее базовые составляющие, осуществляет декомпозицию задачи ИД-2 _{УК-1} Умеет находить и критически анализировать информацию, необходимую для решения поставленной задачи ИД-3 _{УК-1} Умеет рассматривать возможные варианты решения задачи, оценивая их достоинства и недостатки ИД-4 _{УК-1} Владеет навыками грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки. | Знать: - способы оказания психологической помощи людям, подвергшимся воздействию экстремальных ситуаций. Уметь: - ориентироваться в различных типах экстремальных ситуаций и формах поведения людей в этих ситуациях; Владеть: - способами преодоления трудных ситуаций; | З(УК-1)1 У(УК-1)1 В(УК-1)1 |

| | | | | |
|------|--|--|---|--|
| | | Отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок и т.д. в рассуждениях других участников деятельности ИД-5ук-1 Владеет навыками оценить последствия возможных решений задачи | | |
| УК-3 | Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели | <p>ИД-1ук-3 Знает эффективность использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели, определяет свою роль в команде</p> <p>ИД-2ук-3 Знает особенности поведения выделенных групп людей, с которыми работает/взаимодействует, учитывает их в своей деятельности (выбор категорий групп людей осуществляется образовательной организацией в зависимости от целей подготовки – по возрастным особенностям, по этническому или религиозному признаку, социально незащищенные слои населения и т.п.)</p> <p>ИД-3ук-3 Знает результаты (последствия) личных действий и планирует последовательность шагов для достижения заданного результата</p> <p>ИД-4ук-3 Владеет навыками эффективного взаимодействия с другими членами команды, в т.ч. участвует в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды</p> | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия и их взаимосвязь (стрессовая, напряженная, экстремальная ситуация); - способы преодоления трудных ситуаций; - динамику поведения и психического состояния людей при стихийных бедствиях и технических катастрофах; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - свободно и адекватно использовать специальные термины; - ориентироваться в различных типах экстремальных ситуаций и формах поведения людей в этих ситуациях; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - специальной психологической терминологией и лексикой дисциплины; | 3(УК-3)1 3(УК-3)2 3(УК-3)3 У(УК-3)1 У(УК-3)2 В(УК-3)1 |

3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина является дисциплиной обязательной части учебного плана основной профессиональной образовательной программы.

4 Содержание дисциплины

4.1 Распределение учебных часов по разделам дисциплины

Таблица 2 – Распределение учебных часов по разделам дисциплины очной формы обучения

| Наименование разделов и тем | Всег | Ауди | Контактная работа по видам учебных занятий | Само | Фор мы теку | Итог овый |
|-----------------------------|------|------|--|------|-------------|-----------|
|-----------------------------|------|------|--|------|-------------|-----------|

| | О часов | | Аудиторные занятия | | Лекции | | Семинарские (практические занятия) | | Лабораторные работы | | Стандартная работа | | Формы текущего контроля | | Итоговый контроль знаний по дисциплине | |
|--|-----------|-----------|--------------------|-----------|--------|-----------|------------------------------------|---|---------------------|----|--------------------|----|-------------------------|----|--|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | |
| Раздел 1 | 34 | 16 | 8 | 8 | — | 18 | тест | — | | | | | | | | |
| Тема №1. Введение в психологию экстремальных ситуаций | 9 | 4 | 2 | 2 | — | 5 | Опрос, практические задания | — | | | | | | | | |
| Тема №2. Экстремальные ситуации. Виды, особенности | 9 | 4 | 2 | 2 | — | 5 | Опрос, практические задания | — | | | | | | | | |
| Тема №3. Ситуации психологического и физического насилия | 8 | 4 | 2 | 2 | — | 4 | Опрос, практические задания | — | | | | | | | | |
| Тема №4. Экстремальные условия профессиональной деятельности | 8 | 4 | 2 | 2 | — | 4 | Опрос, практические задания | — | | | | | | | | |
| Раздел 2 | 38 | 18 | 9 | 9 | — | 20 | тест | — | | | | | | | | |
| Тема №5. Личность и группа в экстремальных ситуациях | 9 | 4 | 2 | 2 | — | 5 | Опрос, практические задания | — | | | | | | | | |
| Тема №6. Психологическое здоровье личности и экстремальные условия | 13 | 8 | 4 | 4 | — | 5 | Опрос, практические задания | — | | | | | | | | |
| Тема №7. Методологические проблемы психодиагностики экстремальных состояний личности | 8 | 4 | 2 | 2 | — | 4 | Опрос, практические задания | — | | | | | | | | |
| Тема №8. Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях | 8 | 4 | 2 | 2 | — | 4 | Опрос, практические задания | — | | | | | | | | |
| Зачет | — | — | — | — | — | — | Вопросы к зачету | — | | | | | | | | |
| Всего | 72 | 34 | 18 | 18 | — | 36 | — | — | | | | | | | | |

Таблица 3 – Распределение учебных часов по разделам дисциплины заочного обучения

| Наименование разделов и тем | Всего часов | Аудиторные занятия | Контактная работа по видам учебных занятий | | | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля | Итоговый контроль знаний по |
|-----------------------------|-------------|--------------------|--|------------------------------------|----------------------|------------------------|-------------------------|-----------------------------|
| | | | Лекции | Семинарские (практические занятия) | Лабораторные занятия | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Раздел 1 | 34 | 2 | 1 | 1 | — | 32 | тест | — |

| | | | | | | | | |
|--|-----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-----------------------------|----------|
| Тема №1. Введение в психологию экстремальных ситуаций | 9 | 1 | 1 | – | – | 8 | Опрос, практические задания | – |
| Тема №2. Экстремальные ситуации. Виды, особенности | 8 | – | – | – | – | 8 | Опрос, практические задания | – |
| Тема №3. Ситуации психологического и физического насилия | 9 | 1 | – | 1 | – | 8 | Опрос, практические задания | – |
| Тема №4. Экстремальные условия профессиональной деятельности | 8 | – | – | – | – | 8 | Опрос, практические задания | – |
| Раздел 2 | 34 | 2 | 1 | 1 | – | 32 | тест | – |
| Тема №5. Личность и группа в экстремальных ситуациях | 9 | 1 | 1 | – | – | 8 | Опрос, практические задания | – |
| Тема №6. Психологическое здоровье личности и экстремальные условия | 8 | – | – | – | – | 8 | Опрос, практические задания | – |
| Тема №7. Методологические проблемы психодиагностики экстремальных состояний личности | 9 | 1 | – | 1 | – | 8 | Опрос, практические задания | – |
| Тема №8. Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях | 8 | – | – | – | – | 8 | Опрос, практические задания | – |
| Зачет | 4 | – | – | – | – | – | – | 4 |
| Всего | 72 | 4 | 2 | 2 | – | 64 | – | 4 |

4.2 Описание содержания дисциплины по разделам и темам

Раздел 1

Тема №1. Введение в психологию экстремальных ситуаций

Лекция

Рассматриваемые вопросы:

1. История и этапы становления экстремальной психологии
2. Понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния»

Основные понятия темы: соотношение понятий «среда» и «ситуация», объективное и субъективное в ситуации, взаимосвязь личности и ситуации.

Вопросы для самоконтроля:

1. В чем специфика психологии войны и психологии экстремальных ситуаций в донаучный период развития экстремальной психологии?
2. В какой период зарождаются идеи гуманизма и отношения к человеку как к ценности?
3. Когда впервые появляются описания переживаний боевого стресса и признаков нервных заболеваний в результате войны?

Практическое занятие

Вопросы для обсуждения (доклады):

1. Понятие «ситуация». Виды ситуаций.
2. Понятие «среда». Виды среды.
3. Различия объективного и субъективного аспектов ситуации.
4. Подходы к пониманию личности в ситуации.
5. «Персонологи» и «ситуационисты».
6. Курт Левин и психология ситуаций.
7. Влияние среды на индивидуальное развитие и актуальное поведение.
8. Взаимосвязь личности и ситуации.
9. Образ мира и оказание психологической помощи в трудных и экстремальных ситуациях.

Литература: [1], [2], [3].

Тема №2. Экстремальные ситуации. Виды, особенности

Лекция

Рассматриваемые вопросы:

1. Понятие «экстремальная ситуация»
2. Чрезвычайные ситуации и катастрофы
3. Катастрофическое сознание: структура, особенности формирования
4. Кризисная и критическая ситуации в контексте экстремальности
5. Ситуации острого стресса (дистресса)

Основные понятия темы: критическая ситуация, процесс переживания, эмоциональный баланс, травматические кризисы.

Вопросы для самоконтроля:

1. Дайте определение понятия «экстремальная ситуация».
2. Опишите сущность некатастрофической экстремальной ситуации.
3. Классификация экстремальных ситуаций.

Практическое занятие

Вопросы для обсуждения (доклады):

1. Содержательное определение субъективного образа мира.
2. Структурные элементы в субъективном образе мира личности.
3. Феномен «стокгольмского синдрома».
4. Психотрансформативный подход к ПТРС.
5. Формы посттравматического стрессового расстройства.
6. Стадии развития ПТСР.

Литература: [1], [2], [3].

Тема №3. Ситуации психологического и физического насилия

Лекция

Рассматриваемые вопросы:

1. Ситуации насилия
2. Терроризм и экстремизм как типы экстремальных ситуаций

Основные понятия темы: трудные жизненные ситуации, ситуации повседневной жизни, привычный порядок жизни, признаки обыденной жизни.

Вопросы для самоконтроля:

1. Дайте определение экстремальной ситуации и экстремальному событию.

2. Что такое катастрофа? Что понимается под катастрофическими и некатастрофическими экстремальными ситуациями?
3. Опишите позитивные последствия экстремальной ситуации. Что включается в оздоровительные ресурсы личности в экстремальной ситуации?

Практическое занятие

Вопросы для обсуждения (доклады):

1. Понятие насилия.
2. Виды насилия.
3. Терроризм как экстремальная ситуация
4. Понятие и виды экстремизма.

Литература: [1], [2], [3].

Тема №4. Экстремальные условия профессиональной деятельности

Лекция

Рассматриваемые вопросы:

1. Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности
2. Боевой стресс и военные действия
3. Профессиональная деятельность сотрудников ОВД и спасателей МЧС
4. Экстремальность в спорте
5. Профессиональная надежность и адаптация личности к работе на объектах повышенной опасности

Основные понятия темы: «сильные» и «слабые» ситуации, степень гибкости поведения, локус контроля.

Вопросы для самоконтроля:

1. При каких условиях работа становится экстремальной?
2. Чем отличаются особые условия профессиональной деятельности от сверхэкстремальных? Приведите примеры особых и сверхэкстремальных условий профессиональной деятельности.
3. Дайте характеристику психогенных факторов, действующих за профессионалов в экстремальных условиях деятельности по Т. В. Панкратовой.

Практическое занятие

Вопросы для обсуждения (доклады):

1. Объективные внешние характеристики ситуаций.
2. Уровень сложности ситуации.
3. Влияние субъективного аспекта ситуации на поведение человека.
4. Внутренние условия, влияющие на определение уровня трудности ситуации.
5. Единство объективного и субъективного аспектов.
6. «Сильные» и «слабые» жизненные ситуации.
7. Классификации трудных жизненных ситуаций и их влияние на личность.
8. Внутренние условия и определение трудности ситуации.
9. Типы трудных жизненных ситуаций.

Литература: [1], [2], [3].

Раздел 2

Тема №5. Личность и группа в экстремальных ситуациях

Лекция

Рассматриваемые вопросы:

1. Психологическая травма. Виды психологических трав
2. Посттравматические стрессовые расстройства
3. Психогенные расстройства при стихийных бедствиях и катастрофах
4. Потеря как экстремальная ситуация. Этапы переживания горя
5. Поведение толпы при экстремальных ситуациях

Основные понятия темы: психологическая защита, способы психологической защиты, внешнеповеденческие проявления защит, совладание, преодоление, переживание.

Вопросы для самоконтроля:

1. Дайте определение понятия «травмирующее событие».
2. Виды психотравм.
3. Стадии формирования постстрессовых нарушений.

Практическое занятие

Вопросы для обсуждения (доклады):

1. Внешнеповеденческие проявления защит.
2. Межличностные защиты.
3. Стратегии совладания: преодоление, приспособление.
4. Особая внутренняя деятельность по преодолению жизненных событий - переживание.
5. Психологические стратегии для преодоления жизненных ситуаций различной степени сложности.
6. «Классические» способы психологических защит.
7. Проблемы фruстрации.
8. Виды межличностных защит.
9. Стратегии совладания; переживание.

Литература: [1], [2], [3].

Тема №6. Психологическое здоровье личности и экстремальные условия

Лекция

Рассматриваемые вопросы:

1. Виктимизация личности в экстремальных условиях
2. Виктимный и жизнестойкий копинг-стили поведения личности в экстремальной ситуации
3. Болезнь как один из типов экстремальной ситуации

Основные понятия темы: институциональные аспекты ситуации, своеобразие и потребности других людей, установление и поддержание социальных контактов, границы своих возможностей, техники борьбы с эмоциональными нарушениями.

Вопросы для самоконтроля:

1. Назовите причины психологического незддоровья людей.
2. Что такое виктимизация личности, и каковы главные причины виктимизации?
3. Каким образом формируется виктимный личностный тип?

Практическое занятие

Вопросы для обсуждения (доклады):

1. Стратегии преобразования трудных жизненных ситуаций.
2. Приемы приспособления.

3. Приемы, обесценивающие ситуацию.
4. Процесс формирования у человека компетентности.
5. Основные техники и приемы совладания.
6. Приемы приспособления.
7. Вспомогательные приемы самосохранения в ситуации трудностей и несчастий
8. Техники, применяемые в случае неудачи.
9. «Колесо» компетентности

Литература: [1], [2], [3].

Тема №7. Методологические проблемы психодиагностики экстремальных состояний личности

Лекция

Рассматриваемые вопросы:

1. Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях
2. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов
3. Диагностика адаптационных возможностей человека

Основные понятия темы: экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, уровень уязвимости, механизм саморегуляции, аффективные реакции, первичный травматический стресс.

Вопросы для самоконтроля:

1. Отличительные особенности психодиагностики личности в экстремальных ситуациях.
2. Задачи и принципы психологической диагностики личности в экстремальной ситуации.
3. Методы диагностики посттравматического расстройства и его симптомов.

Практическое занятие

Вопросы для обсуждения (доклады):

1. Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях
2. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов
3. Диагностика адаптационных возможностей человека

Литература: [1], [2], [3].

Тема №8. Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях

Лекция

Рассматриваемые вопросы:

1. Принципы оказания первой психологической помощи пострадавшим
2. Экстренная психологическая помощь. Особенности и правила
3. Психотерапия в экстремальных ситуациях
4. Дебрифинг. Правила и особенности

Основные понятия темы: лидерство и руководство, экипаж судна, взаимоотношения людей в многонациональном экипаже, безопасность деятельности экипажа.

Вопросы для самоконтроля:

1. Назовите основные этапы организации экстренной психологической помощи при чрезвычайной ситуации.

2. Дайте определение экстренной психологической помощи.
3. Расскажите об основных этических принципах и правилах работы психолога в чрезвычайной ситуации.

Практическое занятие

Вопросы для обсуждения (доклады):

1. Факторы, влияющие на поведение человека в условиях судна.
2. Проблемы взаимоотношений людей в многонациональной среде (экипаже).
3. Психологические аспекты руководства персоналом.
4. Роль судовых офицеров в обеспечении эффективной и безопасной деятельности экипажа.
5. Повышение профессионального уровня моряков в период работы на судне.
6. Управление действиями судового персонала в чрезвычайных ситуациях.
7. Основные теоретические подходы к пониманию происхождения лидерства.
8. Психологическая система деятельности.
9. Компоненты психологической системы деятельности.
10. Функции управления и действия руководителя.
11. Принятие управленческих задач: психологические аспекты.
12. Какие вы знаете теории происхождения лидерства?
13. Качества и функции лидера.
14. Стили лидерства.
15. Лидерство и руководство.
16. Особенности управления судовым коллективом.
17. Психологические аспекты руководства персоналом.
18. Проблемы взаимоотношений людей в многонациональному экипаже.
19. Роль судовых офицеров в обеспечении эффективной и безопасной деятельности экипажа.

Литература: [1], [2], [3].

5 Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает следующие виды работ:

- проработка (изучение) материалов лекций;
- чтение и проработка рекомендованной основной и дополнительной литературы;
- подготовка к практическим занятиям;
- поиск и проработка материалов из Интернет-ресурсов, нормативных материалов;
- выполнение разноуровневых заданий по темам лекционных и практических занятий;
- подготовка презентаций для иллюстрации докладов;
- подготовка к текущему и итоговому (промежуточная аттестация) контролю знаний.

Основная доля самостоятельной работы приходится на подготовку к практическим (семинарским) занятиям, тематика которых полностью охватывает содержание курса. Самостоятельная работа по подготовке к семинарским занятиям предполагает умение работать с первичной информацией.

6 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств прилагается к рабочей программе дисциплины и включает перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы; описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание их шкал оценивания; оценочные материалы, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы; методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний,

умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций.

Вопросы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

1. Соотношение понятий «среда» и «ситуация».
2. Объективные элементы ситуации.
3. Субъективные элементы ситуации.
4. Соотношение объективного и субъективного в ситуации.
5. Взаимосвязь личности и ситуации. Понятие «личность в ситуации».
6. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).
7. Стадии посттравматического стрессового расстройства.
8. Индивидуальная терапия ПТСР.
9. Групповой метод психологической реабилитации.
10. Группа общения.
11. Групповая психотерапия ПТСР.
12. Определение трудной жизненной ситуации.
13. Объективный аспект трудной жизненной ситуации.
14. «Сильные» и «слабые» ситуации.
15. Уровни сложности проживаемой человеком ситуации.
16. Локус контроля и оценка уровня трудности жизненной ситуации.
17. Типы трудных жизненных ситуаций.
18. Стратегии совладающего поведения: преодоление; приспособление.
19. Переживание как способ разрешения трудной ситуации.
20. Основные техники и приемы совладания.
21. Приемы приспособления.
22. Экстремальные ситуации антропогенного или социального характера.
23. Типичные психические состояния человека в чрезвычайной ситуации.
24. Фruстрационная регрессия.
25. Определение понятия «кризис».
26. Кризис адаптации к жизни.
27. Психические состояния человека в период кризиса.
28. Закономерности протекания кризиса.
29. Травматический кризис.
30. Особенности образа мира человека в период кризиса.

7 Рекомендуемая литература

7.1 Основная литература

1. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 294 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16773-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537068>

7.2 Дополнительная литература

2. Кадыров, Р. В. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD) : учебник и практикум для вузов / Р. В. Кадыров. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 644 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12558-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542953>
3. Собольников, В. В. Психология профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях : учебное пособие для вузов / В. В. Собольников. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN

978-5-534-08656-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540151>

8 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Мир психологии: [Электронный ресурс]/ официальный сайт. – Режим доступа: <http://psychology.net.ru/>
2. Новости психологии, календарь, события, конференции: [Электронный ресурс]/ официальный сайт. – Режим доступа: <http://www.psychology.ru/>
3. МЧС России: [Электронный ресурс]/ официальный сайт. – Режим доступа: www.mchs.gov.ru
4. Шермухамедова Н.А. Культурно-исторический характер формирования научной картины мира: [Электронный ресурс]/ официальный сайт. – Режим доступа: <http://www.gredo-new.narod.ru>
5. Козлов В.В. Личностный кризис – структурные и гендерные особенности: [Электронный ресурс]/ официальный сайт. – Режим доступа: www.mapn.irk.ru

9 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовка к **лекционному занятию** включает выполнение всех видов заданий, рекомендованных к каждой лекции, т.е. задания выполняются еще до лекционного занятия по соответствующей теме.

В ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала, обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Необходимо задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций. Целесообразно дорабатывать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой.

Практические занятия - составная часть учебного процесса, групповая форма занятий при активном участии студентов. На практических занятиях студенты учатся грамотно излагать проблемы, свободно высказывать свои мысли и суждения, вести полемику, убеждать, доказывать, опровергать, отстаивать свои убеждения, рассматривают ситуации, способствующие развитию профессиональной компетентности. Всё это помогает приобрести навыки и умения, необходимые современному специалисту. Следует иметь в виду, что подготовка к практическим занятиям зависит от формы, места проведения семинара, конкретных заданий и поручений. Это может быть написание доклада с последующим обсуждением, коллоквиум.

Подготовка к **семинарскому занятию** включает два этапа. На первом этапе обучающийся планирует свою самостоятельную работу, которая включает: уяснение задания на самостоятельную работу; подбор рекомендованной литературы; составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки. Составление плана дисциплинирует и повышает организованность в работе. Второй этап включает непосредственную подготовку к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. Обучающемуся следует подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам,

выносимым на семинар, продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной жизнью.

Готовясь к **научному докладу**, обучающийся может обращаться за методической помощью к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

Научный доклад представляет собой исследование по конкретной проблеме, изложенное перед аудиторией слушателей. Работа по подготовке доклада включает не только знакомство с литературой по избранной тематике, но и самостоятельное изучение определенных вопросов.

Подготовка научного доклада включает несколько этапов работы:

1. Выбор темы научного доклада;
2. Подбор материалов;
3. Составление плана доклада. Работа над текстом;
4. Оформление материалов выступления;
5. Подготовка к выступлению.

Структура и содержание доклада:

Введение – это вступительная часть научно-исследовательской работы. Автор должен приложить все усилия, чтобы в этом небольшом по объему разделе показать актуальность темы, раскрыть практическую значимость ее, определить цели и задачи эксперимента или его фрагмента.

Основная часть. В ней раскрывается содержание доклада. Как правило, основная часть состоит из теоретического и практического разделов.

В теоретическом разделе раскрываются история и теория исследуемой проблемы,дается критический анализ литературы и показываются позиции автора.

В практическом разделе излагаются методы, ход, и результаты самостоятельно проведенного эксперимента или фрагмента.

В основной части могут быть также представлены схемы, диаграммы, таблицы, рисунки и т.д.

В заключении содержатся итоги работы, выводы, к которым пришел автор, и рекомендации. Заключение должно быть кратким, обязательным и соответствовать поставленным задачам.

Список использованных источников представляет собой перечень использованных книг, статей, фамилии авторов. В исходных данных источника указываются фамилия и инициалы автора, название работы, место и год издания.

Приложения к докладу оформляются на отдельных листах, причем каждое должно иметь свой тематический заголовок и номер, который пишется в правом верхнем углу, например: «Приложение 1».

Требование к оформлению доклада:

Объем доклада может колебаться в пределах 5-15 печатных страниц; все приложения к работе не входят в ее объем.

Доклад должен быть выполнен грамотно, с соблюдением культуры изложения.

Обязательно должны иметься ссылки на используемую литературу. Должна быть соблюдена последовательность написания библиографического аппарата.

Критерии оценки доклада:

- Актуальность темы исследования;
- Соответствие содержания теме;
- Глубина проработки материала;
- Правильность и полнота использования источников;
- Соответствие оформления доклада стандартам.

По усмотрению преподавателя доклады могут быть представлены на семинарах, научно-практических конференциях, а также использоваться как зачетные работы по пройденным темам.

10 Курсовой проект (работа)

Выполнение курсового проекта (работы) не предусмотрено учебным планом.

11 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационно-справочных систем

11.1 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса

- электронные образовательные ресурсы, представленные в п. 8 данной рабочей программы;
- интерактивное общение с обучающимися и консультирование посредством электронной почты;
- работа с обучающимися в ЭИОС ФГБОУ ВО «КамчатГТУ».

11.2 Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса

При освоении дисциплины используется лицензионное программное обеспечение:

- операционные системы Astra Linux (или иная операционная система включенная в реестр отечественного программного обеспечения);
- комплект офисных программ Р-7 Офис (в составе текстового процессора, программы работы с электронными таблицами, программные средства редактирования и демонстрации презентаций);
- программа проверки текстов на предмет заимствования «Антиплагиат».

11.3 Перечень информационно-справочных систем

- справочно-правовая система Гарант <http://www.garant.ru/online>

12 Материально-техническое обеспечение дисциплины

- для проведения занятий лекционного типа, практических (семинарских) занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации – учебная аудитория 7-221 с комплектом учебной мебели согласно паспорту аудитории;
- для самостоятельной работы обучающихся – кабинет самостоятельной работы 7-305, оборудованный рабочими станциями с доступом к сети «Интернет», и комплектом учебной мебели (согласно паспорту кабинета);
- доска аудиторная;
- мультимедийное оборудование (компьютер, проектор).