

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева»  
(Астраханский государственный университет им. В. Н. Татищева)

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель ОПОП

Т.А. Бударина

«16» мая 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой психологии  
Б.В. Кайгородов



«16» мая 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Психология устойчивого развития общества при угрозе и  
возникновении чрезвычайных ситуаций**

Составитель(и)

**Камнева О.А., доцент, к.биол.н.,**

Согласовано с работодателями:

**Кантемирова Л.М., учитель немецкого языка,  
зам.директора по воспитательной работе МБОУ  
г. Астрахани «Гимназия №3»**

**Сапрыкина Н.П., зам.директора по УВР МБОУ  
г. Астрахани «Лицей №2» имени В.В. Разуваева  
44.03.05 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

**(с двумя профилями подготовки)  
немецкий+иностранный**

Направление подготовки /  
специальность

Направленность (профиль) /  
специализация ОПОП

Квалификация (степень)

**бакалавр**

Форма обучения

**очная**

Год приёма

**2025**

Курс

**2 (по очной форме)**

Семестр(ы)

**4 (по очной форме)**

Астрахань – 2025

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**1.1. Целью освоения дисциплины «Психология устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»** является сформировать у обучающихся готовность и способность личности применять в профессиональной деятельности и повседневной жизни совокупность знаний, умений и навыков обеспечения безопасности на основе характера мышления и ценностных ориентаций, при которых вопросы безопасности рассматриваются в качестве приоритета.

### **1.2. Задачи освоения дисциплины «Психология устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»:**

- осознание психологических проблем устойчивого развития общества, психологии обеспечения безопасности жизнедеятельности и снижения рисков, связанных с деятельностью человека;
- овладение психологическими приемами рационализации жизнедеятельности, ориентированными на обеспечение безопасности личности и общества;
- формирование психологии экологического сознания и риск-ориентированного мышления, при котором вопросы безопасности и сохранения окружающей среды рассматриваются в качестве важнейших приоритетов жизнедеятельности человека;
- формирование мотивации и способностей для самостоятельного повышения уровня культуры безопасности;
- формирование способностей к оценке личностного вклада в решение проблем безопасности;
- формирование способностей для аргументированного обоснования своих решений с точки зрения безопасности;
- стимулирование развития личностного потенциала для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

**2.1. Учебная дисциплина «Психология устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»:** относится к части, *формируемой участниками образовательных отношений* и осваивается в 4 семестре.

**2.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения, навыки, формируемые предшествующими учебными дисциплинами:**

*«Безопасность жизнедеятельности».*

**Знания:** теоретических основ обеспечения безопасности жизнедеятельности; классификации чрезвычайных ситуаций различного происхождения.

**Умения:** характеризовать виды угроз и факторов риска в чрезвычайных ситуациях различного происхождения; обосновывать способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни, профессиональной деятельности и при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций различного происхождения.

**Навыки:** оказания приемов первой помощи в условиях чрезвычайных ситуаций различного происхождения.

**2.3. Последующие учебные дисциплины, для которых необходимы знания, умения, навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:**

-

### **3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки:

**УК-8:** Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

**Таблица 1 -Декомпозиция результатов обучения**

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине		
		Знать (1)	Уметь (2)	Владеть (3)
УК – 8	УК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности	факторы риска устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности	информацией и навыками по обеспечению личной безопасности и безопасности окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности
	УК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения	методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения	формирует культуру безопасного и ответственного поведения	может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения

### **4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Общая трудоемкость дисциплины в соответствии с учебным планом составляет 3 зачетные единицы (108 часов).

**Таблица 2.1. Трудоемкость отдельных видов учебной работы по формам обучения**

Вид учебной и внеучебной работы	для очной формы обучения
Объем дисциплины в зачетных единицах	3
Объем дисциплины в академических часах	108
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе (час.):	72
- занятия лекционного типа, в том числе:	36
- практическая подготовка (если предусмотрена)	-
- занятия семинарского типа (семинары, практические, лабораторные), в том числе:	36
- практическая подготовка (если предусмотрена)	-
- консультация (предэкзаменационная)	-
- промежуточная аттестация по дисциплине	-
Самостоятельная работа обучающихся (час.)	36
Форма промежуточной аттестации обучающегося	зачет – 4 семестр

**Таблица 2.2. Структура и содержание дисциплины**

*для очной формы обучения*

Раздел, тема дисциплины	Контактная работа, час.							СР, час.	Итого часов	Форма текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации [по семестрам]
	Л		ПЗ		ЛР		К Р / К П			
	Л	в т.ч. ПП	ПЗ	в т.ч. ПП	Л Р	в т.ч. ПП				
Тема 1. Основные положения стратегии устойчивого развития России	6		6					6	18	доклад (сообщение) участие в групповой дискуссии
Тема 2. Основные психологические угрозы в условиях современного развития общества	6		6					6	18	собеседование контрольная работа индивидуальное творческое задание
Тема 3. Психология безопасности и психология здоровья	8		8					8	24	собеседование индивидуальное творческое задание, тестирование
Тема 4. Методы	8		8					8	24	собеседование

Раздел, тема дисциплины	Контактная работа, час.							СР, час.	Итого часов	Форма текущего контроля успеваемости, форма промежуточн ой аттестации [по семестрам]
	Л		ПЗ		ЛР		К Р / К П			
	Л	в т.ч. ПП	ПЗ	в т.ч. ПП	Л Р	в т.ч. ПП				
саморегуляции при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций									ие индивидуаль ное творческое задание	
Тема 5. Копинг-поведение в ситуации угрозы или возникновения чрезвычайных ситуаций	8		8					8	24	собеседован ие контрольная работа творческое задание
<b>ИТОГО за семестр:</b>	<b>36</b>		<b>36</b>					<b>36</b>	<b>108</b>	
<b>Итого за весь период</b>	<b>36</b>		<b>36</b>					<b>36</b>	<b>108</b>	

**Таблица 3. Матрица соотношения разделов, тем учебной дисциплины и формируемых компетенций**

Раздел, тема дисциплины	Кол- во часов	Код компетенции	
		УК-8	Общее количество компетенций
Тема 1. Основные положения стратегии устойчивого развития России	18	+	1
Тема 2. Основные психологические угрозы в условиях современного развития общества	18	+	1
Тема 3. Психология безопасности и психология здоровья	24	+	1
Тема 4. Методы саморегуляции при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций	24	+	1
Тема 5. Копинг-поведение в ситуации угрозы или возникновения чрезвычайных ситуаций	24	+	1
<b>Итого</b>	<b>108</b>		<b>1</b>

### Краткое содержание каждой темы дисциплины

#### Тема 1. Основные положения стратегии устойчивого развития России

Гармонизация устойчивого развития общества в современных условиях. Психологические особенности геополитической ситуации в России. Обеспечение экологически безопасного устойчивого развития в условиях рыночных отношений.

## **Тема 2. Основные психологические угрозы в условиях современного развития общества**

Социально-психологические проблемы современного общества. Чрезвычайные ситуации: классификация и психологические особенности. Экстремизм и терроризм как особая форма психологических угроз в условиях современного развития общества.

## **Тема 3. Психология безопасности и психология здоровья**

Психологические приемы уменьшения рисков эмоциональных стрессов в ситуации и возникновении чрезвычайных ситуаций. Предупреждение возникновения посттравматических стрессовых расстройств в чрезвычайных ситуациях. Психологическая устойчивость. Модели здоровой личности. Психология здорового образа жизни.

## **Тема 4. Методы саморегуляции при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций**

Понятие «саморегуляция». Физическая и психическая саморегуляция. Эффекты и механизмы саморегуляции. Естественные приемы саморегуляции. Саморегуляция поведения. Саморегуляция состояний. Саморегуляция деятельности. Нервно-мышечная релаксация, аутогенная тренировка, идеомоторная тренировка, сенсорная репродукция образов, дыхательные практики, кинезиологические методы саморегуляции. Саморегуляция в чрезвычайных ситуациях. Саморегуляция в повседневной жизни и профессиональной деятельности.

## **Тема 5. Копинг-поведение в ситуации угрозы или возникновения чрезвычайных ситуаций**

Выявление копинг-стратегий человека в стрессовых и чрезвычайных ситуациях. Формирование продуктивных копинг-стратегий человека в стрессовых и чрезвычайных ситуациях. Профилактика непродуктивных (деструктивных) стратегий поведения личности в стрессогенных ситуациях.

## **5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРЕПОДАВАНИЮ И ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5.1. Указания для преподавателей по организации и проведению учебных занятий по дисциплине**

В ходе освоения дисциплины лабораторные занятия не предусмотрены.

Преподаватель, назначенный для чтения лекций, обязан до начала учебного процесса подготовить учебно-методические материалы, необходимые для проведения лекционных и семинарских занятий. К ним относятся: рабочая программа учебной дисциплины или междисциплинарного курса; методические материалы для проведения семинарских (практических и др.) занятий.

Разработанный комплект учебно-методических материалов предоставляется в бумажном и электронном виде, обсуждается и утверждается на заседании кафедры перед началом учебного года.

Преподаватель обязан проводить лекционные занятия в строгом соответствии с годовым учебным графиком и утвержденным на его основе расписанием лекций.

При разработке методики семинарских занятий важное место занимает вопрос о взаимосвязи между семинаром и лекцией, семинаром и самостоятельной работой студентов, о характере и способах такой взаимосвязи. Семинар не должен повторять лекцию, и, вместе с тем, его руководителю необходимо сохранить связь принципиальных положений лекции с содержанием семинарского занятия.

Как правило, семинару предшествует лекция по той же теме.

Обязательным в начале лекционного, семинарского занятия проводится контроль знаний, обязательным проведение проектной работы в команде.

В процессе практических (семинарских) занятий, наряду с формированием умений и навыков, обобщаются, систематизируются, конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

На практических (семинарских) занятиях по дисциплине применяются следующие формы работы:

- 1) Фронтальная – все студенты выполняют одну и ту же работу;
- 2) Групповая – одна и та же работа выполняется группами из 2-5 человек;
- 3) Индивидуальная – каждый студент выполняет индивидуальное задание.

Структура практических занятий по дисциплине в основном одинакова: вступление преподавателя, работа студентов по заданиям преподавателя, которая требует дополнительных разъяснений, собственно практическая часть, включающая разбор конкретных ситуаций, решение ситуационных задач, тренировочные упражнения и т.д.

В структуре практического занятия традиционно выделяют следующие этапы: организационный этап, контроль исходного уровня знаний (обсуждение вопросов, возникших у студентов при подготовке к занятию; исходный контроль (тесты, опрос, проверка письменных домашних заданий и т.д.), коррекция знаний студентов), обучающий этап (педагогический рассказ, инструкции по выполнению заданий), самостоятельная работа студентов на занятии, контроль конечного уровня усвоения знаний, заключительный этап.

## 5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине **«Психология устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»** составляет 36 часов.

Самостоятельная работа осуществляется в форме подготовки к практическим занятиям и выполнения письменных домашних заданий по дисциплине. По каждой теме предусмотрено выполнение большого количества разнообразных упражнений, направленных на закрепление знаний в области психологии устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций.

**Таблица 4. Содержание самостоятельной работы обучающихся для очной формы обучения**

Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Колво часов	Формы работы
Тема 1. Основные положения стратегии устойчивого развития России Ващалова, Т.В. Устойчивое развитие: учебное пособие для вузов / Т.В. Ващалова. - 3-е изд., испр. и доп. -Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 186 с. - Текст: электронный // Образовательная	6	Работа с научными и учебными текстами; анализ

<p>платформа Юрайт [сайт]. - URL: <a href="https://urait.ru/bcode/472536">https://urait.ru/bcode/472536</a></p> <p>Основные положения стратегии устойчивого развития России / Под ред. А.М. Шелехова. М., 2002. - 161 с. Текст : электронный. - URL: <a href="http://www-sbras.nsc.ru/win/sbras/bef/strat.html">http://www-sbras.nsc.ru/win/sbras/bef/strat.html</a></p> <p>Бобылёв С.Н., Зубаревич Н.В., Соловьёва С.В., Власов Ю.С. Устойчивое развитие: методология и методики измерения: Учебное пособие. Серия `Высшее образование. – М.: Экономика, 2011. – 358 с.</p> <p>Стратегия экологической безопасности Российской Федерации на период до 2025 года. Указ Президента Российской Федерации от 19 апреля 2017 года N 176</p>		<p>научных публикаций</p>
<p>Тема 2. Основные психологические угрозы в условиях современного развития общества</p> <p>1) Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ. сред. обр. учеб. заведений / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Г. В. Гуськов. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 176 с.</p> <p>2) Зеер, Э. Ф. Психология профессиональных деструкций : учебное пособие для вузов / Зеер Э. Ф., Сыманюк Э. Э. - Москва : Академический Проект, 2020. - 240 с. Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL : <a href="https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829127251.html">https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829127251.html</a></p> <p>3) Устойчивое развитие: Новые вызовы: Учебник для вузов / Под общ. ред. В.И. Данилова-Данильяна, Н. А. Пискуловой. - М.: Издательство «Аспект Пресс», 2015. - 336 с.</p>	<p>6</p>	<p>Работа с научными и учебными текстами; анализ научных публикаций</p>
<p>Тема 3. Психология безопасности и психология здоровья</p> <p>1) Юртушкин В.И. Чрезвычайные ситуации. Защита населения и территорий. Учебное пособие. –М.: Издательство «Кнорус», 2021. -336с.</p> <p>2) Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях: учебник / В.А. Бондаренко, С.И. Евтушенко, В.А. Лепихова [и др.]. - 2-е изд. – М.: РИОР : ИНФРА-М, 2020. — 224 с. - Текст : электронный // ЭБС Znanium.com [сайт]. - URL: <a href="https://znanium.com/catalog/product/1064078">https://znanium.com/catalog/product/1064078</a></p>	<p>8</p>	<p>Работа с научными и учебными текстами; анализ научных публикаций</p>
<p>Тема 4. Методы саморегуляции при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций</p> <p>1) Котелевцев Н.А. Психическая саморегуляция: учебник для вузов / Н.А. Котелевцев. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 213с. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <a href="https://urait.ru/bcode/476642">https://urait.ru/bcode/476642</a></p>	<p>8</p>	<p>Работа с научными и учебными текстами; анализ научных публикаций</p>
<p>2) Дикая Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). –М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003. -318с. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <a href="https://www.studentlibrary.ru/ru/book/ISBN5927000487.html">https://www.studentlibrary.ru/ru/book/ISBN5927000487.html</a>.</p>		

<p>Тема 5. Копинг-поведение в ситуации угрозы или возникновения чрезвычайных ситуаций</p> <p>1) Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни [Текст]. – СПб.: Издательство СПбГМУ, 2009. - 136 с.</p> <p>2) Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях [Текст]: учеб. пособие / Под ред. Л.А. Михайлова. - СПб.: Питер, 2009. - 256 с.</p>	8	<p>Работа с научными и учебными текстами; анализ научных публикаций</p>
---	---	---

### **5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины, выполняемые обучающимися самостоятельно**

Для выполнения всех видов письменных работ по дисциплине на занятиях и дома обучающимся рекомендуется иметь рабочую тетрадь. Все письменные домашние задания выполняются по учебникам, указанным в перечне основной и дополнительной литературы для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

#### **Требования к творческим заданиям и проектам**

Творческое задание/проект предполагает проверку знаний по изученной теме. Творческое задание/проект позволяет совершенствовать умения студентов анализировать научную литературу; укрепляет научные основы психологии конфликта; развивает способность студентов к профессиональной рефлексии, актуализирует стремление к личностному и профессиональному росту.

Для подготовки к творческому заданию/проекту внимательно изучите материал лекции, конспект семинара, дополнительную литературу, выучите термины из Словаря по данной теме. В ходе проведения творческой работы Вам необходимо дать развернутое письменное собственное мнение по заданной проблематике, объемом не более 2 страниц.

Творческое задание/проект должна быть выполнена в редакторе Microsoft Word. Необходимо выполнение следующих параметров: отступы справа, слева, сверху, снизу – 2 см., шрифт – Times New Roman, 12. Творческая работа присылается преподавателю по электронной почте в соответствии со сроком, указанным в рабочем плане студента. Творческая работа, не выполненная в срок, оценивается в 50 баллов.

#### **Анализ научной публикации**

Студент самостоятельно выбирает минимум одну из предложенных для изучения публикаций и проводит анализ по предложенной схеме. Студент вправе провести анализ публикации, выбранной самостоятельно (в этом случае необходимо предъявить вместе с анализом копию полного текста статьи). Собеседование по анализируемым публикациям проводится преподавателем в часы консультаций.

Методические указания для студентов по проведению анализа научной публикации (статьи в периодическом издании, в сборнике материалов конференции и т.д.)

- 1) Автор статьи, название, выходные данные
  - Данные об авторе: в каком университете работает/должность; практик, или теоретик?
  - Где опубликована статья? Название и статус журнала?
  - Отражает ли название содержание статьи?
- 2) Актуальность темы исследования
  - Насколько актуальна проблема, поднимаемая в статье, в научном сообществе

(обратите внимание на дату публикации статьи!)

- Аргументированность автора (логика «тезис-доказательство»)
- 3) Научная новизна
    - Что нового в этой статье? Новая классификация, новая модель, новое описание нового события?
    - Соблюдает ли автор логику научного жанра: последовательность, аргументированность, структура, использует ли научную терминологию?
    - Делает ли этот материал вклад в науку? (на ваш взгляд и по мнению автора – как аргументирует)
  - 4) Обзор литературы
    - Полнота обзора литературы
    - «Внушительность» и качество библиографического списка, соответствие заданной тематике
  - 5) Операционализация и концептуализация понятий
    - О чем говорит автор? Дает ли расшифровку сложных терминов, приводит ли свое авторское определение?
    - Доступна ли статья для понимания лично вам, представителям профессионального сообщества, непрофессионалам?
    - Логично ли использование тех, или иных категорий, концептов, конструкторов? Можно ли (нужно ли) сказать проще?
  - 6) Объективность отбора фактов и их репрезентативность, обоснованность научных выводов
    - Степень субъективности автора исследования (тезис - доказательство!)
    - Соответствуют ли методы целям и задачам исследования?
    - Соответствуют ли приведенные выводы логическим конструктам? ( $A \rightarrow B$ ,  $B \rightarrow V \Rightarrow A \rightarrow V$ )
    - Убедителен ли автор в своих аргументах и выводах (верите ли вы автору)?
  - 7) Целостность статьи
    - Соответствует ли статья требованиям по структуре *Название (заголовок).*  
*Аннотация.*  
*Ключевые слова.*  
*Введение.*  
*Обзор литературы.*  
*Основная часть (методология, результаты).*  
*Выводы и дальнейшие перспективы исследования.*  
*Список литературы*
    - Если какие-то элементы отсутствуют, на Ваш взгляд, почему? «Теряется» ли при этом ценность статьи?
  - 8) Теоретическая и практическая значимость
    - Новые знания
    - Практическое применение (если возможно, то что от этого изменится?)
    - Эффективность применения
    - Внедрение результатов
  - 9) Перечислите несколько самых ярких фактов, примеров, мыслей, приведенных в статье (помните про правила цитирования!)

Требования к конспектированию

Объем текста (от 1/3 до 1/2 оригинала)

Логическое построение и связность текста: текст должен быть логически выстроен, должны осуществляться связные переходы от одной части к другой

Полнота/ глубина изложения материала: в тексте должны быть отражены ключевые положения, мысли авторского текста

Визуализация информации как результат ее обработки: приветствуется наличие в тексте схематических изображений, рисунков, таблиц, облегчающих восприятие и запоминание текста

Оформление: аккуратное, с использованием цветовых помет, выделений, подчеркиваний, облегчающих восприятие текста

Требования к подготовке и оформлению докладов

Доклад – это вид краткого, но информативного сообщения о сути рассматриваемого вопроса, различных мнениях об изучаемом предмете. В некоторых случаях допускается изложение собственной точки зрения автора в рамках тематической проблематики

Написание доклада предполагает научно-исследовательскую работу, требующую от студента способности к самостоятельным изысканиям, умения преподнести информацию, доступно и квалифицированно отвечать на вопросы.

Обычно объем текста не превышает пяти страниц формата А4, набранных 14 кеглем

Выделяют четыре основных структурных элемента доклада:

Вступление – приветственная часть.

Введение. На этом этапе докладчик должен заинтересовать слушателей, сформулировать актуальность, новизну исследований, подчеркнуть важность и цель проведенной работы.

Основная часть. В ней рассказывается об использованных методах исследований, проделанной работе, анализируются полученные результаты.

Заключение. Подводятся итоги работы. Докладчик завершает выступление.

Отличительная особенность доклада – научный стиль изложения. Не допускается использование: длинных сложных предложений, затрудняющих восприятие; малоупотребительных иностранных слов, узкоспециальной терминологии, известной ограниченному кругу профессионалов; вводных конструкций, не несущих смысловой нагрузки; общих слов. Позиция автора в докладе должна демонстрироваться минимально, нежелательно использование местоимений «я», «моя» (точка зрения).

Перед тем как приступить к написанию доклада, следует основательно продумать, с чего начать и чем закончить сообщение. Справиться с задачей помогает составление подробного плана с заголовками и подзаголовками. Написание доклада включает пять основных этапов:

- Подбор темы. Хорошо, когда у студента есть возможность выбора, так как в этом случае работать будет интереснее.
- Поиск литературы по теме (в интернете, библиотеке) – не менее десяти источников. После подбора следует изучить представленную информацию, чтобы выбрать наиболее интересный и важный материал.
- Составление плана. Ориентироваться при этом необходимо на слушателя.
- Подведение итогов, формулировка выводов.
- Подготовка к ответам на возможные вопросы.

Порядок и содержание элементов:

Оглавление составляется согласно плану. Каждый пункт начинается с новой строки с указанием номера страницы. Во введении кратко излагается основная идея работы, ее актуальность, новизна, цели. Основная часть должна полностью раскрывать тему, содержать доводы, аргументы. Заключительная часть включает выводы, которые делает докладчик по итогам проделанной работы. Список использованной литературы, оформленный по ГОСТ.

После того как определена структура доклада, составлен план, можно приступать к его оформлению. Обычно используют текстовый редактор Word, шрифт Times New Roman, 12-14 кегль, межстрочный интервал 1,5, выравнивание по ширине листа. Разметка страницы – левое поле 30 мм, остальные по 20 мм. Обязательна нумерация страниц:

В заголовках точки не ставятся. Титульный лист и содержание не нумеруются. Каждая отдельная часть доклада должна начинаться с нового листа.

Длительность доклада не должна превышать десяти-пятнадцати минут. Поэтому следует подбирать наиболее важные и интересные сведения. Важно: знать значения всех используемых терминов, уметь объяснять их аудитории; не бояться слушателей, информацию преподносить с уверенным видом; не торопиться: скорость речи – порядка 120 слов в минуту.

Презентация к докладу облегчает восприятие информации слушателями. Визуальное сопровождение выступления может состоять из слайдов со схемами, графиками, диаграммами и другим иллюстративным материалом – видео, фото.

### **Рекомендации по составлению интеллект-карт**

(Интеллект-карта, (англ. Mind map) — способ изображения процесса общего системного мышления с помощью схем, также может рассматриваться как удобная техника альтернативной записи. Этот метод был разработан психологом Тони Бьюзенем.

Реализуется в виде древовидной схемы, на которой изображены слова, идеи, задачи или др. понятия, связанные ветвями, отходящими от центрального понятия или идеи.

Важно помещать слова НА ветках, а не во всевозможных пузырях и параллелепипедах, на этих ветках висящих. Важно и то, что ветки должны быть живыми, гибкими, в общем, органическими. Рисование ментальной карты в стиле традиционной схемы полностью противоречит идее майндмэппинга. Это сильно затруднит движение

взгляда по ветвям и создаст много лишних одинаковых, а следовательно монотонных, объектов.

Пишите на каждой линии только одно ключевое слово. Каждое слово содержит тысячи возможных ассоциаций, поэтому склеивание слов уменьшает свободу мышления. Раздельное написание слов может привести к новым идеям. Длина линии должна равняться длине слова. Это экономнее и чище. Пишите печатными буквами, как можно яснее и четче.

Варьируйте размер букв и толщину линий в зависимости от степени важности ключевого слова. Обязательно используйте разные цвета для основных ветвей. Это помогает целостному и структурированному восприятию.

Используйте рисунки и символы (для центральной темы рисунок обязателен). В принципе ментальная карта вообще может целиком состоять из рисунков. Старайтесь организовывать пространство, не оставляя пустого места и не размещая ветви слишком плотно. Для небольшой ментальной карты используйте лист А4, для большой темы - А3.

Разросшиеся ветви можно заключать в контуры, чтобы они не смешивались с соседними ветвями. Располагайте лист горизонтально. Такую карту удобнее читать.

Обращайте внимание на форму получившейся ментальной карты — она многое выражает. Цельная, крепкая, живая форма показывает, что вы хорошо разобрались в теме. Бывает и так, что все ветви карты получились красивые, а одна — какая-то корявая и путаная. Это верный признак того, что этой части следует уделить дополнительное внимание — она может быть ключом к теме или слабым местом в ее понимании.

Чем индивидуальнее ваша ментальная карта, тем лучше. Ведь именно ваше личное мышление его осмысляет.

### **Порядок проведения тестирования**

Контрольное тестирование проводится для оценивания наиболее общих знаний студента по отдельным темам.

Тест – это совокупность усложняющихся вопросов в тестовой форме. Варианты тестовых заданий по дисциплине включают только форму номер один: выбор одного правильного варианта ответа.

Для подготовки к тестированию необходимо близко к тексту запомнить материал лекции и практического занятия, основные термины и понятия по данной теме. Помощь при подготовке к тестированию может оказать Словарь терминов и учебные пособия, рекомендованные к данной теме практического занятия.

Тестовое задание в форме выбора одного варианта ответа предполагает выделение (указанным в программе способом – подчеркиванием или другим) верного ответа в течение указанного времени.

### **Подготовка к зачету**

Зачет – является итоговой формой оценивания знаний студента по всему курсу изученной дисциплины. Зачет проводится в письменной форме, очно. Для подготовки к зачету понадобится материал курса лекций, конспекты практических занятий, словарь терминов. При высоком уровне подготовки к практическим занятиям и составлении конспектов дополнительной литературы к каждой теме, можно избежать обращения к дополнительным источникам знаний при подготовке к зачету. Пользование конспектом или другими носителями информации на зачете строго запрещено.

Итоговая оценка по дисциплине будет учитывать результаты творческих работ, тестирования и зачета.

## 6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

### 6.1. Образовательные технологии

В ходе освоения дисциплины применяются образовательные технологии, развивающие у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерские качества: ролевые игры, круглый стол, кейс - задачи, творческие групповые и индивидуальные задания, проектная деятельность.

**Таблица 5. Образовательные технологии, используемые при реализации учебных занятий**

Раздел, тема дисциплины	Форма учебного занятия		
	Лекция	Практическое занятие, семинар	Лабораторная работа
Тема 1. Основные положения стратегии устойчивого развития России	Лекция-диалог	Тематические дискуссии	Не предусмотрено
Тема 2. Основные психологические угрозы в условиях современного развития общества	Лекция-диалог	Фронтальный опрос, групповая дискуссия, выполнение практических заданий, тематические дискуссии	Не предусмотрено
Тема 3. Психология безопасности и психология здоровья	Обзорная лекция	Фронтальный опрос, групповая дискуссия, выполнение практических заданий, тематические дискуссии	Не предусмотрено
Тема 4. Методы саморегуляции при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций	Лекция-диалог	Анализ конкретных ситуаций	Не предусмотрено
Тема 5. Копинг-поведение в ситуации угрозы или возникновения чрезвычайных ситуаций	Лекция-диалог	Фронтальный опрос, групповая дискуссия, выполнение практических заданий, тематические дискуссии	Не предусмотрено

### 6.2. Информационные технологии

- использование возможностей Интернета в учебном процессе (использование сайта преподавателя (рассылка заданий, предоставление выполненных работ, ответы на вопросы, ознакомление учащихся с оценками и т.д.);
- использование электронных учебников и различных сайтов (например, электронные библиотеки, журналы и т.д.) как источник информации;
- использование возможностей электронной почты преподавателя
- использование средств представления учебной информации (электронных учебных пособий и практикумов, применение новых технологий для проведения очных (традиционных) лекций и семинаров с использованием презентаций и т.д.);
- использование интерактивных средств взаимодействия участников образовательного процесса (технологии дистанционного или открытого обучения в глобальной сети (веб-конференции, форумы, учебно-методические материалы и др.);
- использование интегрированных образовательных сред, где главной составляющей являются не только применяемые технологии, но и содержательная часть, т.е. информационные ресурсы (доступ к мировым информационным ресурсам, на базе которых строится учебный процесс);
- использование виртуальной обучающей среды (*LMS Moodle «Электронное образование»*) или иных информационных систем, сервисов и мессенджеров).

### **6.3. Программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

#### **6.3.1. Программное обеспечение**

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Платформа дистанционного обучения LMS Moodle	Виртуальная обучающая среда
Microsoft Office 2013	Пакет офисных программ
OpenOffice	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Mozilla FireFox	Браузер
Google Chrome	Браузер
Opera	Браузер

#### **6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

<i>Наименование современных профессиональных баз данных, информационных справочных систем</i>
<a href="http://dlib.eastview.com">Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО «ИВИС»</a> <a href="http://dlib.eastview.com">http://dlib.eastview.com</a> Имя пользователя: AstrGU Пароль: AstrGU
Электронные версии периодических изданий, размещённые на сайте информационных ресурсов <a href="http://www.polpred.com">www.polpred.com</a>
Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем» <a href="https://library.asu.edu.ru/catalog/">https://library.asu.edu.ru/catalog/</a>
Электронный каталог «Научные журналы АГУ» <a href="https://journal.asu.edu.ru/">https://journal.asu.edu.ru/</a>
Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) – сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по

*Наименование современных профессиональных баз данных,  
информационных справочных систем*

разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. <http://mars.arbicon.ru>

Справочная правовая система КонсультантПлюс.

Содержится огромный массив справочной правовой информации, российское и региональное законодательство, судебную практику, финансовые и кадровые консультации, консультации для бюджетных организаций, комментарии законодательства, формы документов, проекты нормативных правовых актов, международные правовые акты, правовые акты, технические нормы и правила. <http://www.consultant.ru>

## **7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

### **7.1. Паспорт фонда оценочных средств**

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «**Психология устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций**» проверяется сформированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением дисциплин и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

**Таблица 6. Соответствие разделов, тем дисциплины, результатов обучения по дисциплине и оценочных средств**

№ п/п	Контролируемый раздел, тема дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1	Основные положения стратегии устойчивого развития России	УК-8	доклад (сообщение) участие в групповой дискуссии эссе
2	Основные психологические угрозы в условиях современного развития общества	УК-8	доклад (сообщение) участие в групповой дискуссии, эссе
3	Тема 3. Психология безопасности и психология здоровья	УК-8	доклад (сообщение) участие в групповой дискуссии, тестирование
4	Тема 4. Методы саморегуляции при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций	УК-8	доклад (сообщение) участие в групповой дискуссии

	Тема 5. Копинг-поведение в ситуации угрозы или возникновения чрезвычайных ситуаций	УК-8	доклад (сообщение) участие в групповой дискуссии
--	--	------	---

## 7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

**Таблица 7 – Показатели оценивания результатов обучения в виде знаний**

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует глубокое знание теоретического материала, умение обоснованно излагать свои мысли по обсуждаемым вопросам, способность полно, правильно и аргументированно отвечать на вопросы, приводить примеры
4 «хорошо»	демонстрирует знание теоретического материала, его последовательное изложение, способность приводить примеры, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует неполное, фрагментарное знание теоретического материала, требующее наводящих вопросов преподавателя, допускает существенные ошибки в его изложении, затрудняется в приведении примеров и формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	демонстрирует существенные пробелы в знании теоретического материала, не способен его изложить и ответить на наводящие вопросы преподавателя, не может привести примеры

**Таблица 8 – Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений**

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы
4 «хорошо»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание по подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	не способен правильно выполнить задания

## 7.3. Контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине

*Тема 1. Основные положения стратегии устойчивого развития России*

Темы для докладов (сообщений) и вопросы для обсуждения в групповой дискуссии

1. Гармонизация устойчивого развития общества в современных условиях.
2. Психологические особенности геополитической ситуации в России.

3. Обеспечение экологически безопасного устойчивого развития в условиях рыночных отношений.

Практическое задание

Напишите эссе на одну из тем:

1. Специфика перехода России к устойчивому развитию.
2. Россия в системе международных отношений, связанных с устойчивым развитием.
3. Роль России в многополярном мире.
4. Роль государства в переходе к устойчивому развитию.
5. Роль науки в переходе к устойчивому развитию.

## **Тема 2. Основные психологические угрозы в условиях современного развития общества**

Темы для докладов (сообщений) и вопросы для обсуждения в групповой дискуссии

1. Социально-психологические проблемы современного общества.
2. Чрезвычайные ситуации: классификация и психологические особенности.
3. Экстремизм и терроризм как особая форма психологических угроз в условиях современного развития общества.

Практическое задание

Напишите эссе на одну из тем:

1. Развитие цивилизации и биосфера.
2. Экологическая ситуация в России.
3. Противодействие угрозам природного и техногенного характера.
4. Качество жизни и социальная справедливость.
5. Права человека и консолидация общества.
4. Борьба с преступностью и терроризмом.
5. Интересы молодежи, женщин, семьи, пенсионеров, инвалидов.

## **Тема 3. Психология безопасности и психология здоровья**

Темы для докладов (сообщений) и вопросы для обсуждения в групповой дискуссии

1. Психологические приемы уменьшения рисков эмоциональных стрессов в ситуации и возникновении чрезвычайных ситуаций.
2. Предупреждение возникновения посттравматических стрессовых расстройств в чрезвычайных ситуациях.
3. Психологическая устойчивость. Модели здоровой личности.
4. Психология здорового образа жизни.

Практическое задание

*Тестирование*

1. Что такое копинг-стратегии? Выберите один вариант ответа.
  - a) это то, что делает человек, чтобы справиться со стрессом;
  - b) вариант осознанного и целенаправленного поведения человека в трудной жизненной ситуации;
  - c) неосознаваемые психические процессы, направленные на минимизацию отрицательных переживаний.
2. Культурные и этнические особенности переживания в экстремальных ситуациях включают в себя:

- a) культурно-неспецифические и культурно-специфические реакции;
- b) правильные и неправильные реакции;
- c) психогенные реакции и симптоматические комплексы, относящиеся к острой реакции на стресс.

3. Отметьте ученого, который описал, как меняются внутреннее состояние человека, его психологическая структура, содержание мира, в котором он живет, т.е. изменяется психологическая ситуация данного конкретного человека в ситуации психологической опасности:

- a) К. Левин
- b) Дж. Келли
- c) Л. Секрест

4. Под онтологической безопасностью, по мнению Э. Гидденса, понимается:

- a) стабильное психическое состояние, которое включает в себя уверенность людей в их самоидентификации и в постоянстве окружающего социального и материального мира, в котором они действуют;
- b) сетевая устойчивая совокупность необходимых и достаточных факторов, надежно обеспечивающих: достойную жизнь каждого человека; защищенность всех структур жизнеспособности семьи, общества и государства; их цели, идеалы, ценности и интересы, их культуру и образ жизни, традиции от неприемлемых рисков, от внутренних и внешних вызовов и угроз; способность эффективно предотвращать формирующиеся опасности на основе культуры компромисса по поводу благополучия и справедливости для всех;
- c) рост, укрепление солидарности в обществе и усиление сознательных процессов самой личности.

5. Кто из ученых утверждал, что потребность в безопасности является основополагающей в развитии ребенка — быть любимым, желанным, защищенным от опасностей окружающей среды?

- a) К. Хорни;
- b) А. Фрейд;
- c) М. Спиро.

6. Отметьте вид безопасности, когда «понимается такое состояние защищенности личности, которое обеспечивает ее сохранность и целостность как активного социального субъекта и способствует развитию в условиях информационного взаимодействия с окружающей средой»:

- a) информационно-психологическая безопасность;
- b) экологическая безопасность.
- c) информационная безопасность.

7. Социальные конфликты – это:

- a) особая форма противоборства граждан с властями, обусловленная ущемлением интересов граждан, а также нарушением прав и гарантий в социальной сфере;
- b) конфликты между государственными и общественными структурами по поводу социальных гарантий граждан;
- c) конфликты между государственными структурами по поводу реализации социальных гарантий граждан.

8. Первое определение психологии безопасности было сформулировано:

- a) М. А. Котиком;
- b) С. И. Ожеговым;
- c) З. Фрейдом.

9. Психологические реакции на экстремальную ситуацию могут быть (один вариант ответа):

- a) адаптивные, дезадаптивные, острые аффективные;
- b) быстрая утомляемость, пониженная продуктивность;
- c) головные боли, головокружения, обмороки, нарушение сна, а также повышенная возбудимость.

10. Присущее любому живому существу, универсальное и фундаментальное свойство, которое обеспечивает приспособление, сохранение и развитие разнообразных форм жизни, а в целом и успешность их взаимодействия с миром, называется:

- a) саморегуляция;
- b) идентификация;
- c) фрустрация.

#### **Тема 4. Методы саморегуляции при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций**

**Темы для докладов (сообщений) и вопросы для обсуждения в групповой дискуссии**

1. Понятие «саморегуляция». Физическая и психическая саморегуляция.
2. Эффекты и механизмы саморегуляции. Естественные приемы саморегуляции.
3. Саморегуляция поведения. Саморегуляция состояний. Саморегуляция деятельности.
4. Саморегуляция в чрезвычайных ситуациях.
5. Саморегуляция в повседневной жизни и профессиональной деятельности.

**Практическое задание**

Подготовьте и проведите с одноклассниками одну методику по саморегуляции в соответствии с распределением (нервно-мышечная релаксация, аутогенная тренировка, идеомоторная тренировка, сенсорная репродукция образов, дыхательные практики, кинезиологические методы саморегуляции, ароматерапия, цветотерапия и др.).

#### **Тема 5. Копинг-поведение в ситуации угрозы или возникновения чрезвычайных ситуаций**

**Темы для докладов (сообщений) и вопросы для обсуждения в групповой дискуссии** 1.

1. Выявление копинг-стратегий человека в стрессовых и чрезвычайных ситуациях.
2. Формирование продуктивных копинг-стратегий человека в стрессовых и чрезвычайных ситуациях.
3. Профилактика непродуктивных (деструктивных) стратегий поведения личности в стрессогенных ситуациях.

**Практическое задание**

Составьте интеллект-карту на тему «Копинг-технологии» (понятие, виды, способы выявления и формирования и др. вопросы).

Рекомендации по составлению изложены в п.5.3.

### Перечень вопросов и заданий, выносимых на зачёт

1. Гармонизация устойчивого развития общества в современных условиях.
2. Психологические особенности геополитической ситуации в России.
3. Обеспечение экологически безопасного устойчивого развития в условиях рыночных отношений.
4. Социально-психологические проблемы современного общества.
5. Чрезвычайные ситуации: классификация и психологические особенности.
6. Экстремизм и терроризм как особая форма психологических угроз в условиях современного развития общества.
7. Психологические приемы уменьшения рисков эмоциональных стрессов в ситуации и возникновении чрезвычайных ситуаций.
8. Предупреждение возникновения посттравматических стрессовых расстройств в чрезвычайных ситуациях.
9. Психологическая устойчивость.
10. Модели здоровой личности.
11. Психология здорового образа жизни.
12. Понятие «саморегуляция». Физическая и психическая саморегуляция.
13. Эффекты и механизмы саморегуляции.
14. Естественные приемы саморегуляции.
15. Саморегуляция поведения.
16. Саморегуляция состояний.
17. Саморегуляция деятельности.
18. Саморегуляция в чрезвычайных ситуациях.
19. Саморегуляция в повседневной жизни и профессиональной деятельности.
20. Выявление копинг-стратегий человека в стрессовых и чрезвычайных ситуациях.
21. Формирование продуктивных копинг-стратегий человека в стрессовых и чрезвычайных ситуациях.
22. Профилактика непродуктивных (деструктивных) стратегий поведения личности в стрессогенных ситуациях.

**Таблица 9. Примеры оценочных средств с ключами правильных ответов**

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
<b>Код и наименование проверяемой компетенции</b>				
<b>УК-8</b> Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов				
1.	Задание закрытого типа (на выбор одного варианта ответа)	<b>Прочитайте текст, выберите один правильный вариант ответа</b> Состояние общественного сознания, при котором общество в целом и каждая отдельная личность воспринимают	2	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		<p>существующее качество жизни как адекватное и надёжное, поскольку оно создаёт реальные возможности для удовлетворения естественных и социальных потребностей граждан в настоящем и дает им основания для уверенности в будущем – это...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. социализм;</li> <li>2. психологическая безопасность;</li> <li>3. нормальное общественное состояние.</li> </ol>		
2.	<p>Задание закрытого типа (на выбор одного варианта ответа)</p>	<p><b>Прочитайте текст, выберите один правильный вариант ответа</b></p> <p>Психологическая устойчивость личности – это...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. способность личности охранять оптимальное функционирование психики в изменяющихся обстоятельствах, в обстановке стресса, в том числе и с психотравмирующими воздействиями, сопротивляться деструктивным внутренним и внешним воздействиям;</li> <li>2. свойство личности, которое передается генетически;</li> <li>3. умение не обращать внимание на неприятных людей.</li> </ol>	1	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
3.	Задание закрытого типа (на выбор одного варианта ответа)	<p><b>Прочитайте текст, выберите один правильный вариант ответа</b></p> <p>Ситуация, возникающая в природе или в процессе деятельности человека, при которой психофизиологические параметры могут превысить пределы компенсации организма, что приводит к нарушению безопасности жизнедеятельности человека – это...</p> <p>1.экстремальная ситуация; 2.чрезвычайная ситуация; 3.нормативная ситуация.</p>	1	1
4.	Задание закрытого типа (на выбор нескольких вариантов ответов)	<p><b>Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответов</b></p> <p>Какие бывают копинг-стратегии?</p> <p>1.эмоциональные; 2.когнитивные; 3.волевые; 4.поведенческие; 5.произвольные.</p>	1,2,4	1
5.	Задание комбинированного типа (с выбором одного варианта ответа и обоснованием выбора)	<p><b>Прочитайте текст, выберите один правильный вариант ответа и напишите аргументы, обосновывающие выбор ответа</b></p> <p>В экстремальной ситуации переосмысление ситуации, нахождение в ней позитивных аспектов, это:</p> <p>1. психологическая защита; 2. копинг-стратегия</p>	2 Копинг-стратегия всегда сознательная стратегия, защитный механизм неосознается.	5
6.	Задание открытого типа (с развернутым ответом)	М. Балинт описал две ориентации окнофил и их разнонаправленные характера человека:	Филобат – это индивидуалист, идущий против общего течения, с	10

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		филобат. Опишите характеристики.	меньшим стремлением к объединению, желанию слиться с другими, человек, который стремится к риску. Окнофил - стремится к близости, нуждается том, чтобы держаться за что-то надежное для того, чтобы чувствовать себя в безопасности.	
7.	Задание открытого типа (с развернутым ответом)	<b>Прочитайте текст и напишите развернутый ответ</b> Дайте определение психологии безопасности	Психология безопасности это отрасль психологии, изучающая психологические закономерности жизни и деятельности человека, связанные с обеспечением безопасного существования и развития	5
8.	Задание открытого типа (с развернутым ответом)	<b>Прочитайте текст, запишите ответ и его обоснование</b> Перечислите принципы горячей линии доверия.	Принципы работы горячей линии доверия: • управление разговором; • толерантность; • анонимность; конфиденциальность.	10
9.	Задание открытого типа (с развернутым ответом)	<b>Прочитайте текст, запишите ответ и его обоснование</b> Перечислите стадии психофизиологических реакций пострадавших в результате катастроф.	1. Стадия витальных реакций (до 15 мин, в течение которых поведение направлено на сохранение собственной жизни), переходящих в краткосрочное стояние оцепенения. 2. Стадия острого психоэмоционального шока с явлениями	15

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
			<p>сверхмобилизации (длится 3—5 ч). Характеризуется общим психическим напряжением, предельной мобилизацией психофизиологических резервов</p> <p>3. Стадия психофизиологической демобилизации (длится до 3 суток). Характеризуется наиболее существенным ухудшением самочувствия и психоэмоционального состояния с преобладанием панических реакций, понижением моральной нормативности.</p> <p>4. Стадия восстановления (начинается с 12-го дня). У пострадавших активизируются Стадия восстановления (начинается с 12-го дня). У пострадавших активизируются межличностные отношения, начинают нормализовываться эмоциональная окраска речи, мимические реакции и пр.</p> <p>5. Стадия оставленных реакций, которая характеризуется отдаленными последствиями</p>	
10.	Задание	<i>Прочитайте текст,</i>	• работа с	15

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
	открытого типа (с развернутым ответом)	<b>запишите ответ и его обоснование</b> Какими способами можно сформировать конструктивные копинг-стратегии?	эмоциональной сферой, снятие эмоционального напряжения; <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышение психологической компетентности, формирование знаний о причинах стресса и о способах его преодоления;</li> <li>• формирование умения объективной оценки различных жизненных ситуаций, обучение навыкам конструктивного принятия решений;</li> <li>• обучение приемам саморегуляции поведения, состояний, деятельности;</li> <li>• формирование активной мотивации, в частности на достижение успеха, установки к совладению, конструктивному решению возникающих трудностей.</li> </ul>	

Полный комплект оценочных материалов по дисциплине (фонд оценочных средств) хранится в электронном виде на кафедре, утверждающей рабочую программу дисциплины.

#### 7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине

**Таблица 10. Технологическая карта рейтинговых баллов по дисциплине**

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий/ баллы	Максимальное количество баллов	Срок представления
<b>Основной блок</b>				
1.	Выступления на			по календарно-

	семинарских занятиях:			тематическому плану
1.1.	полный ответ по вопросу	5/2 балла	10	
1.2.	дополнение	10/0,5 балла	5	
1.3.	доклад (сообщение) по дополнительной теме	2/5 баллов	10	
2.	Выполнение творческих заданий	5/3 балла	15	по календарно-тематическому плану
3.	Тестирование	2/10 баллов	20	по календарно-тематическому плану
4.	Написание докладов, эссе и рефератов	5/6 баллов (0,6 балла за каждый правильный ответ)	30	по календарно-тематическому плану
<b>Всего</b>			<b>90</b>	
5.	<b>Блок бонусов</b>			
5.1.	Посещение занятий	0,2 балла за занятие, но не более 4	<b>10</b>	по календарно-тематическому плану
5.2.	Активность студента на занятии	0,4 балла за занятие, но не более 3		
5.3.	Наличие тематических портфолио	0,2 балла но не более 1		
	Участие с докладами на научных конференциях	0,2 балла но не более 2		
<b>Всего</b>			<b>10</b>	

**Таблица 11. Система штрафов (для одного занятия)**

Показатель	Баллы
Опоздание на занятие (два и более)	-2
Не готов к практической части занятия	-4
Пропуск лекций без уважительных причин (за одну лекцию)	-4
Пропуск занятий без уважительной причины (за одно занятие)	-4

**Таблица 12 .Шкала перевода рейтинговых баллов в итоговую оценку за семестр по дисциплине**

Сумма баллов	Оценка по 4-балльной шкале	
90–100	5 (отлично)	Зачтено
85–89	4 (хорошо)	
75–84		
70–74		
65–69	3 (удовлетворительно)	
60–64		
Ниже 60	2 (неудовлетворительно)	Не зачтено

При реализации дисциплины в зависимости от уровня подготовленности обучающихся могут быть использованы иные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации.

## 8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 8.1. Основная литература

1. Ващалова Т.В. Устойчивое развитие: учебное пособие для вузов / Т.В. Ващалова. - 3-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2021. – 186 с. - Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/472536>
2. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях: учебник / В. А. Бондаренко, С. И. Евтушенко, В. А. Лепихова [и др.]. - 2-е изд. – М. : РИОР : ИНФРА-М, 2020. - 224 с. - Текст : электронный // ЭБС Znanium.com [сайт]. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1064078>
3. Стратегия экологической безопасности Российской Федерации на период до 2025 года. Указ Президента Российской Федерации от 19 апреля 2017 года N 176.

### 8.2. Дополнительная литература

1. Аверченков А.А. Экономика и климат: участие России в решении глобальной экологической проблемы. - М.: ООО «Типография ЛЕВКО», Институт устойчивого развития / Центр экологической политики России, 2009. - 72 с. Текст : электронный. - URL: [http://www.sustainabledevelopment.ru/upload/File/Books/Inst\\_book\\_9.pdf](http://www.sustainabledevelopment.ru/upload/File/Books/Inst_book_9.pdf)
2. Акимова Т.А., Мосейкин Ю.Н. Экономика устойчивого развития: Учебное пособие. - М.: Экономика, 2009. – 430 с.
3. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ. сред. обр. учеб. заведений / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Г. В. Гуськов. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 176 с.
4. Бобылёв С.Н., Зубаревич Н.В., Соловьёва С.В., Власов Ю.С. Устойчивое развитие: методология и методики измерения: Учебное пособие. Серия `Высшее образование. – М.: Экономика, 2011. – 358 с.
5. Бодров В.А. Информационный стресс. – М.: ПЕР СЭ, 2000. - 135 с.
6. Вассерман Л.И. Совладение со стрессом: теория и психодиагностика: учебно - методическое пособие. - СПб.: Речь, 2010. -192 с.
7. Вершило Н.Д. Эколога-правовые основы устойчивого развития / Под ред. М.М. Бринчука. - М.: Формула права, 2008. - 319 с.
8. Дикая Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). –М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003. -318с. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/ru/book/ISBN5927000487.html>.
9. Зеер, Э. Ф. Психология профессиональных деструкций : учебное пособие для вузов / Зеер Э. Ф., Сыманюк Э. Э. - Москва : Академический Проект, 2020. - 240 с. Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829127251.html>
10. Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни [Текст]. – СПб.: Издательство СПбГМУ, 2009. - 136 с.
11. Кружкова О.В., Шахматова О.Н. Психологические защиты личности [Текст]: учеб. пособие. - Екатеринбург: Изд-во РГППУ, 2006. - 153 с.
12. Касимов Н.С., Мазуров Ю.Л. Феномен концепции устойчивого развития и его восприятия в России // Вестник РАН. -№1. – 2004. – С.28-36.

13. Котелевцев Н.А. Психическая саморегуляция: учебник для вузов / Н.А. Котелевцев. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 213с. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/476642>.
14. Львов В.М. . Управление человеческими ресурсами в эргатических системах: Доп. УМО вузов по университетскому политехническому образованию в качестве учеб. пособ. для вузов по специальности "Эргономика" / В. М. Львов, С. А. Багрецов, Н. Л. Шлыкова. - Тверь: ООО "Триада", 2004. - 228 с. (1 экз.).
15. Марфенин Н.Н. Чему и как учить для устойчивого развития? / Россия в окружающем мире: 2010. Устойчивое развитие: экология, политика, экономика: Аналитический ежегодник. - М.: Изд\_во МНЭПУ, 2010. - С. 146-177.
16. Миркин Б.М., Наумова Л.Г. Устойчивое развитие: вводный курс. Учебное пособие для ВУЗов. Серия: Новая университетская библиотека. - М.: Логос, 2006. – 311 с.
17. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях: учебник / В.А. Бондаренко, С.И. Евтушенко, В.А. Лепихова [и др.]. - 2-е изд. – М.: РИОР: ИНФРА-М, 2020. — 224 с. - Текст : электронный // ЭБС Znanium.com [сайт]. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1064078>.
18. Основные положения стратегии устойчивого развития России / Под ред. А.М. Шелехова. М., 2002. - 161с. Текст : электронный. - URL: <http://www.sbras.nsc.ru/win/sbras/bef/strat.html>.
19. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях [Текст]: учеб. пособие / Под ред. Л.А. Михайлова. - СПб.: Питер, 2009. - 256 с.
20. Психотехнологии и психотехники профессионального развития личности. Учебное пособие // Под ред. Л.М. Митиной, С.А. Подосинникова. - Астрахань: Издательский дом «Астраханский университет», 2008. -362с.
21. Ромашин А.Ф. Продовольственная безопасность как фактор устойчивого развития России. - Нижний Новгород: Изд-во Волго-Вятской академии государственной службы, 2008. - 127 с.
22. Святова Н.В., Мисбахов А.А., Кабыш Е.Г., Мустаев Р.Ш., Галеев И.Ш. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие. – Казань: ТГГПУ, НЦ БЖД, 2011. – 132 с.
23. Скоморохина Е.В. Стратегия (концепция) устойчивого развития: перспективы реализации в мире и России // Вестник ВГУ. Серия: Право. -2015. - №4. – С.13-18.
24. Устойчивое развитие: Новые вызовы: Учебник для вузов / Под общ. ред. В.И. Данилова-Данильяна, Н. А. Пискуловой. - М.: Издательство «Аспект Пресс», 2015. — 336 с.
25. Юртушкин В.И. Чрезвычайные ситуации. Защита населения и территорий. Учебное пособие. –М.: Издательство «Кнорус», 2021. -336с.

### **8.3. Интернет-ресурсы, необходимые для освоения дисциплины**

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru)
2. Электронная библиотечная система IPRbooks. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)
3. Электронная библиотечная система издательства ЮРАЙТ <https://urait.ru/>

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Лекционная аудитория с мультимедиа ресурсами для показа видео-контента и презентаций, зал открытого доступа к сети Интернет, ПК.

Аудитория для семинарских занятий с мультимедиа ресурсами для показа видео-контента и презентаций, организации командной работы со студентами.

## **10. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Рабочая программа дисциплины при необходимости может быть адаптирована для обучения (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий) лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов. Для этого требуется заявление обучающихся, являющихся лицами с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, или их законных представителей и рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии. При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются их индивидуальные психофизические особенности. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

Для лиц с нарушением слуха возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий, напечатанные увеличенным шрифтом), на аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных материалов и т. д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

Для лиц с нарушением зрения допускается аудиальное предоставление информации, а также использование на аудиторных занятиях звукозаписывающих устройств (диктофонов и т. д.). Допускается присутствие на занятиях ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении промежуточной аттестации для лиц с нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, на аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее место, передвигаться по аудитории, прочитать задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).