

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования**  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра-разработчик  
*Кафедра физиологии человека и методики обучения биологии*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ**  
**ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ И БЕЗОПАСНОСТИ**

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы  
**ОБРАЗОВАНИЕ В ОБЛАСТИ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Квалификация: Магистр

Красноярск 2018

Рабочая программа дисциплины «Психофизиологические проблемы экстремальных ситуаций и безопасности»

Составлена: доцентом каф. физиологии человека и методики обучения биологии Чмиль И.Б.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры физиологии человека и методики обучения биологии  
18 мая 2016 г. Протокол № 12

Заведующий кафедрой



Н.З. Смирнова

Одобрено НМС факультета биологии, географии и химии  
01 июня 2016 г. Протокол № 7

Председатель



Е.М. Антипова

Рабочая программа практики дополнена и скорректирована доцентом каф. физиологии человека и методики обучения биологии Чмиль И.Б.  
11 мая 2017 г. Протокол № 10

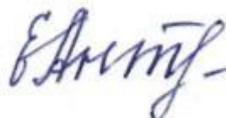
И.о. заведующей кафедрой  
к.п.н, доцент



Н.М. Горленко

Одобрено НМС(Н) факультета биологии, географии и химии  
16 мая 2017 г. Протокол № 7

Председатель



Е.М. Антипова

Рабочая программа практики дополнена и скорректирована на заседании кафедры физиологии человека и методики обучения биологии  
23 мая 2018 г. Протокол № 13

И.о. заведующей кафедрой  
к.п.н, доцент



Н.М. Горленко

Одобрено НМС(Н) факультета биологии, географии и химии  
13 июня 2018 г. Протокол № 9

Председатель



А.С. Блинецов

Рабочая программа практики дополнена и скорректирована доцентом каф. физиологии человека и методики обучения биологии Чмиль И.Б.  
15.05.2019 г. Протокол № 11

Заведующий кафедрой  
канд. пед. наук, доцент



Н.М. Горленко

Одобрено НМС(Н) факультета биологии, географии и химии  
23.05.2019 г. Протокол № 8,

Председатель



А.С. Блинецов

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Рабочая программа по дисциплине «Психофизиологические проблемы экстремальных ситуаций и безопасности» для обучающихся 2 курса по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Образование в области безопасности жизнедеятельности составлена на основе следующих документов:

1) Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

2) Приказ Министерства образования РФ «Об утверждении Положения о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные программы высшего образования» от 27 ноября 2015г. № 1383;

3) Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование;

4) Нормативно-правовые документы, регламентирующие образовательный процесс магистрантов в КГПУ им. В.П. Астафьева.

Рабочая программа по дисциплине «Основы защиты населения в области ГО и защиты от ЧС, организация спасения в условиях ЧС» включает пояснительную записку, организационно-методические материалы, компоненты мониторинга учебных достижений обучающихся и учебные ресурсы.

Данная дисциплина Б1.В.ДВ.01.01.05 «Психофизиологические проблемы экстремальных ситуаций и безопасности» включена в список дисциплин по выбору Модуля №1 «Методы исследовательской работы в школе по основам безопасности жизнедеятельности» в 4семестре учебного плана по заочной форме обучения.

2. Трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 часов общего объема времени. Форма промежуточной аттестации - зачет по дисциплине.

**3. Цель освоения дисциплины:** формирование у магистрантов представлений о психофизиологических проблемах в экстремальных ситуациях, как необходимых условиях оптимизации поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций.

### Планируемые результаты обучения

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результатов обучения (компетенция)
Формирование готовности действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения	<b>Знать:</b> основные понятия безопасности жизнедеятельности <b>Уметь:</b> распознавать причины возникновения чрезвычайных ситуаций	<b>ОК-2-готовностью</b> действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения

	<b>Владеть:</b> методами создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности	
Развитие способности разрабатывать и реализовывать просветительские программы в целях популяризации научных знаний и культурных традиций	<b>Знать:</b> основные тенденции развития экстремальных ситуаций <b>Уметь:</b> разрабатывать и реализовывать просветительские программы <b>Владеть:</b> основами действий при экстремальных ситуациях	<b>ПК-19</b> способностью разрабатывать и реализовывать просветительские программы в целях популяризации научных знаний и культурных традиций

5. В процессе обучения дисциплины будут использоваться разнообразные виды деятельности обучающихся, организационные формы и методы обучения: практические занятия, самостоятельная работа, рейтинговая технология, индивидуальная, фронтальная, групповая формы организации учебной деятельности обучающихся, их сочетание и др.

6. Перечень образовательных технологий: современное традиционное обучение, педагогика сотрудничества, проблемное обучение, информационно-коммуникационные технологии.

## 1. Организационно-методические документы

### 1. 1. Технологическая карта освоения дисциплины по заочной форме обучения

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов	Формы и методы контроля
		Всего	лекций	практических	лабор-х работ		
<b>Основы защиты населения в области ГО и защиты от ЧС, организация спасения в условиях ЧС</b>							
<b>Базовый раздел №1. Общее представление о психологии экстремальных ситуаций</b>							
1. Экстремальные условия профессиональной деятельности	15	2	-	2	-	13	Обзор литературных источников Составление тестовых заданий Разработка презентации и доклада
2. Ситуации психологического и физического насилия.	15	2	-	2	-	13	Составление тестовых заданий Тестирование Практическая работа
<b>Базовый раздел №2. Поведение в экстремальных ситуациях</b>							
3. Психологическое здоровье личности и экстремальные условия	15	2		2	-	13	Составление тестовых заданий Тестирование Практическая работа Составление инструкции

4. Последствия экстремальных ситуаций для человека	18	4	-	4	-	14	Обзор литературных источников Составление тестовых заданий Разработка презентации и доклада Практическая работа
ИТОГО	72	10	-	10		53	
Форма итогового контроля по уч. плану	Экзамен -9 ч						

## **1.2. Содержание основных разделов и тем дисциплины**

Рабочая программа включает содержание дисциплины, распределенного по двум разделам.

### **Базовый раздел №1. Общее представление о психологии экстремальных ситуаций**

#### **Тема 1. Экстремальные условия профессиональной деятельности**

1. Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности.
2. Боевой стресс и военные действия.
3. Экстремальность в спорте.
4. Профессиональная деятельность сотрудников ОВД и спасателей МЧС.
5. Профессиональная надежность и адаптация личности к работе на объектах повышенной опасности. Профессиональное развитие.
6. Профилактика синдрома профессионального выгорания у специалистов экстремального профиля.

#### **Тема 2 Ситуации психологического и физического насилия**

Тоталитаризм. Ситуация насилия.

Терроризм и экстремизм как типы экстремальных ситуаций.

### **Базовый раздел №2. Поведение в экстремальных ситуациях**

#### **Тема 3. Психологическое здоровье личности и экстремальные условия**

Психологическое здоровье личности и экстремальные условия.

Виктимизация личности в экстремальных условиях.

Виктимный и жизнестойкий копинг- стили поведения личности в экстремальной ситуации.

Болезнь как один из типов экстремальной ситуации. Психологический потенциал личности в ситуации болезни.

#### **Тема 4. Последствия экстремальных ситуаций для человека**

Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях.

Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.

Диагностика адаптационных возможностей человека.

### **1.3. Методические рекомендации по освоению дисциплины (методические материалы)**

#### **Рекомендации по работе на практических занятиях**

Практические занятия – это форма коллективной и самостоятельной работы обучающихся, связанная с самостоятельным изучением и проработкой литературных источников. Обычно они проводятся в виде беседы или дискуссии, в процессе которых анализируются и углубляются основные положения ранее изученной темы, конкретизируются и обобщаются знания, закрепляются умения.

Практические занятия играют большую роль в развитии обучающихся. Данная форма способствует формированию навыков самообразования у обучающихся, умений работать с книгой, выступать с самостоятельным сообщением, обсуждать поставленные вопросы, самостоятельно анализировать ответы коллег, аргументировать свою точку зрения, оперативно и четко применять свои знания. У обучающихся формируются умения составлять реферат, логично излагать свои мысли, подбирать факты из различных источников информации, находить убедительные примеры. Выступления обучающихся на семинарах способствуют развитию монологической речи, повышают их культуру общения.

Структура практического занятия может быть различной. Это зависит от учебно-воспитательных целей, уровня подготовленности обучающихся к обсуждению проблемы. Наиболее распространенной является следующая структура практического занятия:

1. Вводное выступление преподавателя, в котором он напоминает задачи семинарского занятия, знакомит с планом его проведения, ставит проблему.
2. Выступления обучающихся (сообщения или доклады по заданным темам).
3. Дискуссия (обсуждение сообщений, докладов).
4. Подведение итогов (на заключительном этапе занятия преподаватель анализирует выступления обучающихся, оценивает их участие в дискуссии, обобщает материал и делает выводы).
5. Задания для рейтингового контроля успеваемости обучающихся.

Эффективность семинара во многом зависит от подготовки к нему обучающихся.

Подготовку к практическому занятию необходимо начинать заблаговременно, примерно за 2-3 недели. Преподаватель сообщает тему, задачи занятия, вопросы для обсуждения, распределяет доклады, рекомендует дополнительные источники, проводит консультации.

Эффективность практического занятия зависит от умения обучающихся готовить доклады, сообщения. Поэтому при подготовке к семинару преподаватель подробно объясняет, как готовить доклад, помогает составить план, подобрать примеры, наглядные пособия, сделать выводы. На консультациях он просматривает доклады, отвечает на вопросы

обучающихся, оказывает методическую помощь.

Сообщения и доклады должны быть небольшими, рассчитанными на 3-5 минут.

К практическому занятию должны готовиться все обучающиеся группы/потока. Кроме содержания выступлений, обучающимся необходимо подготовить вопросы/комментарии для обсуждения.

### **Рекомендации по работе на лекции**

В понятие лекции вкладывается два смысла: лекция как вид учебных занятий в ходе которых в устной форме преподавателем излагается предмет, и лекция как способ подачи учебного материала путём логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Как правило, лекция содержит какой-либо объём научной информации, имеет определённую структуру (вводную часть, основное содержание, обобщения, выводы и др.), отражает соответствующую идею, логику раскрытия сущности рассматриваемых явлений.

Многие лекции естественнонаучного цикла сопровождаются демонстрацией опытов, показом натуральных объектов или изобразительных средств наглядности, экранных проекций.

Посещение студентами лекционных занятий — необходимо, т.к. лекции вводят в науку, они дают первое знакомство с научно-теоретическими положениями данной науки и, что особенно важно и что очень сложно осуществить студенту самостоятельно, знакомят с методологией науки. Лекции предназначены для того, чтобы закладывать основы научных знаний, определять направление, основное содержание и характер всех видов учебных занятий, а также самостоятельной работы студентов. Систематическое посещение лекций, активная мыслительная работа в ходе объяснения преподавателем учебного материала позволяет не только понимать изучаемую науку, но и успешно справляться с учебными заданиями на занятиях других видов (лабораторных, семинарских и т.д.), самостоятельно овладевать знаниями во внеаудиторное время. Рассмотрим некоторые рекомендации, как работать на лекции.

1. Слушать лекции надо сосредоточенно, не отвлекаясь на разговоры и не занимаясь посторонними делами. Механическое записывание отдельных фраз без их осмысления не оставляет следа ни в памяти, ни в сознании. В ходе лекции полезно следить за рассуждениями лектора, выполняя предлагаемые им мыслительные операции и стараясь дать ответы на поставленные вопросы.

2. Конспект лекций не должен представлять собой стенографическую запись её содержания. Необходимо прослушать, продумать, а затем записать высказанную лектором мысль. До лекции и сжато излагать его в конспекте.

3. В конспект следует заносить записи, зарисовки, выполненные преподавателем на доске, особенно если он показывает постепенное, последовательное развитие какого-то процесса, явления и т.п.

4. Надо стремиться записывать возникающие при слушании лекции

мысли, вопросы, соображения, которые затем могут послужить предметом дальнейших рассуждений, а иногда и началом поисково-исследовательской работы. Для сокращения времени таких записей можно выбрать свою систему условных обозначений (восклицательный знак, знак вопроса, плюс, «галочка» и др.), которые следует проставлять на полях конспекта в тех местах, где возник вопрос или появились какие-то соображения. Это помогает при проработке конспекта возвращаться к возникающим на лекции мыслям или сомнениям.

5. Если преподаватель при чтении лекции строго придерживается учебника или какого-то пособия, есть смысл содержание лекции не записывать, но записывать отдельные резюмирующие выводы или факты, которые не содержатся в учебной литературе.

6. Опытные лекторы, как правило, громкостью, темпом речи, интонацией выделяют в лекции главные мысли и иллюстративный материал, который можно прослушать только для справки. Поэтому надо внимательно вслушиваться в речь преподавателя и сообразно этому вести записи в конспектах.

7. Для ускорения процесса конспектирования рекомендуется, исходя из своих индивидуальных особенностей, выбрать систему выполнения записей на лекциях, используя удобные для себя условные обозначения отдельных терминов, наиболее распространённых слов и понятий.

8. Для конспектов лекций целесообразно выделить отдельную общую тетрадь, в которой на каждой странице желательно оставлять поля примерно в  $\frac{1}{4}$  часть её ширины. Эти поля можно использовать для записи вопросов, замечаний, возникающих в процессе слушания лекции, а также для вынесения дополнений к отдельным разделам конспекта в ходе проработки учебной и дополнительной литературы.

9. Надо помнить, что конспект лекций – это только вспомогательный материал для самостоятельной работы. Он не может заменить учебник, учебное пособие или другую литературу. Вместе с тем, хорошо законспектированные лекции помогают лучше разобраться в материале и облегчают его проработку.

Отдельные студенты считают, что лекции можно слушать, не готовясь к ним. Слушать можно, но польза от этого невелика. В подавляющем большинстве случаев каждая последующая лекция опирается на ранее изложенные положения, выводы, закономерности, и предполагается, что аудитория всё это усвоила. Незнание предыдущего материала очень часто является причиной плохого понимания, излагаемого на лекции. По этой причине необходимо готовиться к каждой лекции, прорабатывая конспект и рекомендованную литературу по прошлому материалу. Считается, что наиболее полезно прорабатывать лекцию в день её прослушивания, пока свежи впечатления и многое из услышанного легко восстановить в памяти.

#### **Подготовка доклада**

Данные методические рекомендации направлены на помощь студентам в написании доклада, что способствует более углубленному изучению

отдельных разделов дисциплины.

Д о к л а д выполняется на стандартной бумаге формата А4 (210/297). Поля: левое – 30 мм, правое – 10 мм, верхнее 20 мм и нижнее – 25 мм; интервал полуторный; шрифт в текстовом редакторе Microsoft Word - Times New Roman Cyr; размер шрифта – 14 (не менее 12), выравнивание по ширине.

Стандартный титульный лист студент получает на кафедре.

Содержание начинается со второй страницы, далее должна идти сквозная нумерация. Номер страницы ставится в центре нижней части страницы. Общий объем доклада должен составлять 20-25 страниц (без приложений).

Во введении обосновывается актуальность темы, ее практическая значимость. Содержание должно быть представлено в развернутом виде, из нескольких глав, состоящих из ряда параграфов. Против названий глав и параграфов проставляются номера страниц по тексту. Главы и параграфы нумеруются арабскими цифрами. Допускается не более двух уровней нумерации.

Заголовки, в соответствии с оглавлением реферата, должны быть выделены в тексте жирным шрифтом (названия глав – заглавными буквами, названия параграфов – строчными буквами), выравнивание по центру. Точки в заголовках не ставятся.

Каждая глава должны начинаться с новой страницы. Текст параграфа не должен заканчиваться таблицей или рисунком.

Представленные в тексте таблицы желательно размещать на одном листе, без переносов. Таблицы должны иметь сквозную нумерацию. Номер таблицы проставляется вверху слева. Заголовок таблицы помещается с выравниванием по левому краю через тире после ее номера.

На каждую таблицу и рисунок необходимы ссылки в тексте "в соответствии с рисунком 5 (таблицей 3)", причем таблица или рисунок должны быть расположены после ссылки.

Все расчеты, выполняемые в докладе, излагаются в тексте с обоснованием, указанием размерности величин. Результаты расчетов представляются в табличной форме.

В заключении излагаются краткие выводы по результатам работы, характеризующие степень решения задач, поставленных во введении. Следует уточнить, в какой степени удалось реализовать цель реферирования, обозначить проблемы, которые не удалось решить в ходе написания доклада .

Приложения обозначают заглавными буквами русского алфавита. Каждое приложение имеет свое обозначение.

Подбор литературы осуществляется студентом самостоятельно. Желательно использование материалов, публикуемых в журналах списка ВАК, монографий и других источников. Это обусловлено тем, что в докладе вопросы теории следует увязывать с практикой, анализировать процессы, происходящие как в мировой так и в российской экономике.

Перечень используемой литературы должен содержать минимум 15 наименований. Список литературы оформляется в алфавитном порядке в соответствии с требованиями ГОСТа: сначала указываются источники законодательной базы (федеральные, региональные, местные нормативные правовые акты), затем – научные публикации (книги, статьи, авторефераты диссертаций, диссертации). По каждому источнику, в том числе по научным статьям, указывается фамилия и инициалы автора, название, место издания, название издательства, год издания.

При использовании страниц Internet их перечень дается в конце списка литературы.

### **Подготовка и защита устного сообщения**

Устное сообщение на семинаре строится по определенному плану:

1. Проблема, интересующая студента.
2. Изложение сути её решения.
3. Современное состояние данной проблемы.
4. Краткие выводы или заключение.

Выступление необходимо сопровождать демонстративным материалом, либо мультимедийной демонстрацией. В этом случае необходимо в день предшествующий учебному занятию сообщить об этом преподавателю для технической организации демонстрации. После выступления докладчик может сдать реферат по своему сообщению.

### **Работа с теоретическим материалом**

Важное место в освоении материала по модулю отводится самостоятельной работе студентов во внеаудиторное время с материалом, изложенным в рекомендуемой литературе и интернет-источниках, т.к. без знания теоретического материала невозможно выполнение практических заданий связанных с решением генетических задач. Посещение лабораторных занятий является обязательным для полноценного овладения дисциплины.

### **Требования к составлению тестовых заданий**

#### ***1. Общие требования***

Тестовые задания должны быть корректными и рассчитанными на оценку уровня учебных достижений студентов по конкретной области знаний.

Следует придерживаться некоторых советов при составлении тестовых заданий.

1. Избегайте использования очевидных, тривиальных, малозначащих вопросов и формулировок.

2. Следуйте правилам грамматики, пунктуации и риторики. Тестовые задания должны быть наиболее “читабельны”. Простые декларативные предложения помогут студентам избежать неправильной интерпретации. Задания должны быть сформулированы не в форме вопроса, а в форме утверждения грамотно, коротко, четко, ясно, без повторов, малопонятных слов и символов, без использования отрицательных частиц.

3. Избегайте использования неясных выражений и слов (исключая случаи составления теста специально для целей, связанных со знанием этих слов). Если ключевое слово в тестовом задании неизвестно студенту, то даже самые лучшие обучающиеся будут считать этот вопрос «обманным».

4. Избегайте потери времени. Составляйте задания, которые могут быть выполнены за минимальное время.

5. Избегайте взаимосвязанных заданий, где содержание одного задания подсказывает ответ на другое задание.

6. Избегайте непреднамеренных подсказок в заданиях и образцах ответа. Эти подсказки являются одним из способов угадывания правильного ответа без обладания достаточными знаниями или умениями. Из текста задания необходимо исключить все вербальные ассоциации, способствующие выбору правильного ответа с помощью догадки.

7. Не рекомендуется включать в тестовые задания:

- дискуссионные вопросы и ответы;
- задания, имеющие громоздкие формулировки;
- задачи, требующие сложных расчетов с помощью калькулятора.

8. В каждом тесте определяется оптимальное время тестирования, которое задается разработчиком теста. Ориентировочно на выполнение одного тестового задания отводится минимум 1 минута, а максимум – не превышает 5 минут. В целом оптимальным временем для выполнения теста следует считать время от начала процедуры тестирования до момента наступления утомления (в среднем это время составляет 40 - 50 минут).

9. Тестовая работа может включать от 25 до 40 тестовых заданий.

10. Суммарное время ответа тестируемого не должно превышать 45 минут.

11. Тестовое задание может быть представлено в одной из следующих стандартизированных форм:

- закрытой (с выбором одного или нескольких вариантов из списка предложенных);
- открытой (в текст задания вписывается слово, вставляется формула и т.д.);
- на установление правильной последовательности (для описания событий, технологий);
- на установление соответствия.

12. Форма тестового задания должна быть узнаваемой и не требовать дополнительных пояснений для тестируемого по способу ответа на задание.

13. При разработке тестовых заданий желательно придерживаться следующих

14. соотношений форм тестовых заданий в одном тестовом наборе:

- заданий закрытой формы – 60%,
- заданий открытой формы – 20%,
- заданий на установление правильной последовательности – 10%;
- заданий на установление соответствия – 10%.

15. В конце формулировки каждого задания необходимо указывать уровень его сложности:

- 1 уровень – задание на узнавание;
- 2 уровень – задание на воспроизведение;
- 3 уровень – задание на осмысление;
- 4 уровень – задание на применение.

## ***II. Требования к тестовым заданиям закрытой формы***

1. Тестовые задания закрытой формы – это задания на выбор правильного ответа (одного или нескольких) из предложенных вариантов.

2. Основная часть задания формулируется в форме утверждения, которое обращается в истинное или ложное высказывание после подстановки одного из вариантов ответа.

3. Задание формулируется предельно кратко, как правило, в форме предложения, состоящего из 7-8 слов. В основную часть задания следует включать как можно больше слов, оставляя для ответа не более 2-3 наиболее важных, ключевых для данной проблемы понятий.

4. Из текста задания необходимо исключать все ассоциации, способствующие выбору правильного ответа с помощью догадки.

5. Тестовые задания закрытой формы должны содержать не более пяти вариантов ответов на каждый вопрос.

6. Среди предложенных вариантов ответа может быть как один, так и несколько верных. Отсутствие верного ответа среди предложенных, как и отсутствие неверного недопустимо.

7. Все ответы к одному заданию должны быть приблизительно одной длины.

8. В ответах не рекомендуется использовать слова «все», «ни одного», «никогда», «всегда» и т.п., так как в отдельных случаях они способствуют угадыванию правильного ответа.

### **Пример:**

*Преобразование электрических колебаний в звуковые происходит в ...*

- а) микрофоне;*
- б) динамике;*
- в) детекторе радиоприёмника;*
- г) приёмной антенне.*

(уровень сложности 1)

## ***III. Требования к тестовым заданиям открытой формы***

– Тестовые задания открытой формы – это задания на дополнение предложенного текста пропущенным словом или словосочетанием.

– Текст задания должен обладать предельно простой синтаксической конструкцией. В тексте задания не должно быть повторов и двойного отрицания.

– Дополнение в тексте может быть только одно, место пропущенного понятия обозначается точками. Точки ставятся на месте ключевого элемента, знание которого является наиболее существенным для контролируемого материала.

– Обычно ответом служит одно слово или словосочетание, состоящее не более чем из двух слов.

– При указании составителем теста правильного ответа должны быть перечислены все возможные варианты написания слова-ответа.

**Пример:**

*Конституцией определено, что забастовка – это временный ... отказ работников от выполнения обязанностей в целях разрешения спора.*

*Ответ: (добровольный)*

*(уровень сложности 2)*

**IV. Требования к тестовым заданиям на установление соответствия**

– Тестовые задания на установление соответствия – это задания на определение связей между объектами, входящими в разные группы.

– Группы объектов, между которыми устанавливается соответствие, могут быть одинакового размера, но предпочтительнее, чтобы одна была больше другой (допускается одна лишняя позиция).

– Соответствие между объектами групп должно быть однозначным, одному элементу первого множества должен соответствовать один элемент второго множества.

*Пример: Соответствие между видами конфликтов и их характеристикой.*

Столкновение между личностью и группой	Внутригрупповой
Внутреннее противоборство человека	Внутриличностный
Столкновение между подразделениями организации	Межгрупповой
Столкновение взаимодействующих лиц	Межличностный

*(уровень сложности 3)*

**V. Требования к тестовым заданиям на упорядочивание**

– Тестовые задания на упорядочивание – это задания на систематизацию предложенных понятий по какому-либо принципу (в основном, хронологическому).

– Последовательность устанавливаемых объектов должна быть однозначной, не рекомендуется составлять последовательность, требующую повторения одного из объектов.

– В основном тексте задания должно быть указание на направление последовательности.

**Пример:**

*Последовательность этапов переговорного процесса*

- a) Подготовительный этап
- b) Взаимное уточнение позиций участников
- c) Выдвижение аргументов и обоснование своих взглядов
- d) Согласование позиций и выработка договоренностей
- e) Анализ результатов переговоров

*(уровень сложности 2)*

**Анализа монографий и учебников**

Выполняется письменно. Объем работы составляет не более 2 страниц

машинописного текста. Текстовый материал оформляется 14 шрифтом через 1,5 интервал, красная строка 1,25, интервал между абзацами «0», отступ: слева 3; справа 2, выравнивание текста по ширине страницы.

Структура включает в себя:

1. Библиографическая карточка с полной информацией о выбранной монографии
2. Раскрытие актуальности темы (рассматривается во введении или предисловии)
3. Анализ и структура написания монографии (введение, количество глав, иллюстраций, таблиц, графиков; развитие рубрикаций, подглав, заголовков)
4. Анализ содержания глав (используя выводы автора сделать свои выводы)
5. Анализ цитируемой литературы (заинтересовавшие источники выписать; сколько источников)

### **Рекомендации по подготовке к промежуточной аттестации – экзамену по дисциплине**

Экзамен по дисциплине – это глубокая итоговая проверка знаний, умений, навыков и компетенций обучающихся.

К сдаче экзамена по дисциплине допускаются обучающиеся, которые выполнили весь объём работы, предусмотренный учебной программой по дисциплине.

Организация подготовки к экзамена по дисциплине сугубо индивидуальна. Несмотря на это, можно выделить несколько общих рациональных приёмов подготовки к экзамен по модулю, пригодных для многих случаев.

При подготовке к экзамена по модулю конспекты учебных занятий не должны являться единственным источником научной информации. Следует обязательно пользоваться ещё учебными пособиями, специальной научно-методической литературой и другими информационными источниками электронной библиотечной системы КГПУ им. В.П. Астафьева.

Усвоение, закрепление и обобщение учебного материала следует проводить в несколько этапов:

а) сквозное (тема за темой) повторение последовательных частей дисциплины, имеющих близкую смысловую связь; после каждой темы – воспроизведение учебного материала по памяти с использованием конспекта и пособий в тех случаях, когда что-то ещё не усвоено; прохождение таким образом всего курса;

б) выборочное по отдельным темам и вопросам воспроизведение (мысленно или путём записи) учебного материала; выделение тем или вопросов, которые ещё не достаточно усвоены или поняты, и того, что уже хорошо запомнилось;

в) повторение и осмысливание не усвоенного материала и воспроизведение его по памяти;

г) выборочное для самоконтроля воспроизведение по памяти ответов на

вопросы.

Повторять следует не отдельные вопросы, а темы в той последовательности, как они излагались преподавателем. Это обеспечивает получение цельного представления об изученной дисциплине, а не отрывочных знаний по отдельным вопросам.

Если в ходе повторения возникают какие-то неясности, затруднения в понимании определённых вопросов, их следует выписать отдельно и стремиться найти ответы самостоятельно, пользуясь конспектом учебных занятий и литературой. В тех случаях, когда этого сделать не удаётся, надо обращаться за помощью к преподавателю на консультации, которая обычно проводится перед экзаменом по модулю.

Подготовка к экзамену по модулю фактически должна проводиться на протяжении всего процесса изучения данной дисциплины. Время, отводимое в период промежуточной аттестации, даётся на то, чтобы восстановить в памяти изученный учебный материал и систематизировать его. Чем меньше усилий затрачивается на протяжении периода обучения, тем больше их приходится прилагать в дни подготовки к экзамену по модулю. Форсированное же усвоение материала чаще всего оказывается поверхностным и непрочным. Регулярная учёба – вот лучший способ подготовки к экзамену по модулю.

## 2. Компоненты мониторинга учебных достижений обучающихся

### 2.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1</b>			
	Форма работы	Количество баллов 52%	
		min	max
Текущая работа	Обзор литературных источников	3	5
	Практическая работа	3	5
	Составление тестовых заданий	3	5
	Разработка презентации и доклада	3	5
	Решение ситуационных задач	1	3
	Тестирование	12	19
<b>Итого</b>		<b>25</b>	<b>52</b>
<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2</b>			
	Форма работы	Количество баллов 33%	
		min	max
Текущая работа	Составление инструкций	3	10
	Обзор литературных источников	3	5
	Практическая работа	3	5
	Составление тестовых заданий	3	5
	Разработка презентации и доклада	3	5
	Решение ситуационных задач	1	3
<b>Итого</b>		<b>16</b>	<b>33</b>
<b>ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
	Форма работы	Количество баллов 15%	
		min	max
	Зачет	9	15
<b>Итого</b>		<b>9</b>	<b>15</b>
<b>Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех разделов, без учета дополнительного модуля)</b>		<b>60</b>	<b>100</b>

Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

<i>Общее количество</i>	<i>Академическая</i>
-------------------------	----------------------

<i>набранных баллов*</i>	<i>оценка</i>
<b>60 – 72</b>	<b>3 (удовлетворительно)</b>
<b>73 – 86</b>	<b>4 (хорошо)</b>
<b>87 – 100</b>	<b>5 (отлично)</b>

\*При количестве рейтинговых баллов более 100, необходимо рассчитывать рейтинг учебных достижений обучающегося для определения оценки кратно 100 баллов.

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**

**1. федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования**

**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)**

Кафедра-разработчик:

Кафедра физиологии человека и методики обучения биологии

**УТВЕРЖДЕНО**

на заседании кафедры

Протокол № 13

от « 23 » мая 2018 г.

И.о. зав.кафедрой Н.М. Горленко



**ОДОБРЕНО**

на заседании научно-методического совета  
специальности (направления подготовки)

Протокол № 9

от « 16 » июня 2018 г.

Председатель НМСС(Н) А.С. Блинецов



**ФОНД**

**ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся  
по дисциплине

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ**

**ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ И БЕЗОПАСНОСТИ**

Направление подготовки:

44.04.02 Педагогическое образование

направленность (профиль) образовательной программы  
Образование в области безопасности жизнедеятельности

Квалификация (степень) выпускника

**МАГИСТР**

Составитель: доцент кафедры физиологии человека и методики обучения биологии Чмилль  
И.Б.

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ НА ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Представленный фонд оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации соответствует требованиям ФГОС ВО и профессиональным стандартам Педагог (профессиональная деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель), утвержденным приказом Минтруда России от 18.10.2013 N 544н.

Предлагаемые формы и средства аттестации адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) Образование в области безопасности жизнедеятельности.

Оценочные средства и критерии оценивания представлены в полном объеме. Формы оценочных средств, включенных в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС, установленных в Положении о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» утвержденного приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки по указанной программе.

Директор МАОУ СОШ №32

г.Красноярска



Т.В. Руднева

## **1. Назначение фонда оценочных средств**

1.1. **Целью** создания ФОС Научно-исследовательской работы является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

ФОС по дисциплине решает **задачи**:

- управление процессом приобретения магистрами необходимых знаний, умений, навыков и формирования компетенций, определенных в образовательных стандартах по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование.
- оценка достижений обучающихся в процессе изучения дисциплины (с определением положительных/отрицательных результатов и планирование предупреждающих/корректирующих мероприятий);
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс университета;
- совершенствование самоподготовки и самоконтроля обучающихся.

1.3. ФОС разработан на основании **нормативных документов**:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, образовательной программы высшего образования по направлению подготовки «Образование в области безопасности жизнедеятельности»;

Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в магистратуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

## **2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе изучения дисциплины/модуля/прохождения практики**

**Перечень компетенций**, формируемых в процессе изучения дисциплины:

ОК-2. способностью к абстрактному мышлению, анализу, синтезу, способностью совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень

ПК-19 способностью разрабатывать и реализовывать просветительские программы в целях популяризации научных знаний и культурных традиций

## 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
			Номер	Форма
<b>ОК-2-</b> готовностью действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения	Современные проблемы науки и образования Правовые основы управления образовательной организацией Основы обороны государства и военной службы Основы защиты населения и территорий в области ГО и защиты от ЧС, организация спасения в условиях ЧС Безопасный отдых и туризм Психофизиологические проблемы экстремальных ситуаций и безопасности Социальные проблемы безопасности Организация патриотического воспитания в курсе основ	текущий контроль успеваемости	7	Решение ситуационных задач
		текущий контроль успеваемости	5	Заполнение рабочей тетради
		текущий контроль успеваемости	8	Тестирование
		промежуточная аттестация	1	экзамен

	<p>безопасности жизнедеятельности</p> <p>Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена</p> <p>Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы</p> <p>Социальные основы профилактики экстремизма и зависимых форм поведения в молодежной среде</p> <p>Правовые основы профилактики экстремизма и зависимых форм поведения в молодежной среде</p>			
<p><b>ПК-19</b></p> <p>способность разрабатывать и реализовывать просветительские программы в целях популяризации и научных знаний и культурных</p>	<p>Научно-исследовательский семинар</p> <p>Основы обороны государства и военной службы</p> <p>Основы защиты населения и территорий в области ГО и защиты от ЧС, организация спасения в</p>	текущий контроль успеваемости	2	Обзор литературы
		текущий контроль успеваемости	5	Составление инструкции
		текущий контроль успеваемости	6	Практическая работа
		текущий контроль успеваемости	3	Доклад и презентация

традиций	условиях ЧС Психофизиологические проблемы экстремальных ситуаций и безопасности Преддипломная практика Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	и		
		текущий контроль успеваемости	4	Составление тестов
		промежуточная аттестация	1	экзамен

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: вопросы и задания к экзамену по модулю.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство вопросы и задания к экзамену по модулю

Критерии оценивания по оценочному средству 1 - вопросы и задания к экзамену по модулю

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично	(73 - 86 баллов) хорошо	(60 - 72 баллов)* удовлетворительно
<b>ОК-2-</b> готовностью действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения	Обучающийся на высоком уровне применяет способности к абстрактному мышлению, анализу, синтезу, способностью совершенствоваться и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень	Обучающийся на среднем уровне знает принципы, методы и требования к анализу, синтезу, способностью совершенствоваться и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень	Обучающийся на удовлетворительном уровне использует принципы, методы и требования, предъявляемые к созданию безопасных условий жизнедеятельности; умеет организовывать и координировать работу участников при возникновении чрезвычайных ситуаций
	Обучающийся на высоком уровне знает основные требования к организации образовательного процесса в образовательных организациях разного типа и вида; умеет использовать психолого-педагогические	Обучающийся на среднем уровне формулирует основные требования к организации образовательного процесса в образовательных организациях разного типа и вида; умеет использовать психолого-педагогические технологии	Обучающийся способен на удовлетворительном уровне демонстрирует требования к организации образовательного процесса в образовательных организациях разного типа и вида; умеет использовать психолого-

	технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
--	---	--	--

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

##### Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают: обзор литературных источников; разработка презентации и доклада; составление тестовых заданий; заполнение рабочей тетради; семинар; практическая работа; решение ситуационных задач; тестирование.

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству – 2 обзор литературных источников

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Количество источников	1
Адекватность предлагаемой выборки источников	1
Глубина анализа источников	2
Соответствие источников исследуемой проблеме	1
Максимальный балл	5

4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству – 3 разработка презентации и доклада

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Информационная емкость презентации	1
Эмоциональная привлекательность и наглядность презентации	1
Интерактивность	1
Мастерство изложения материала: образность, эмоциональность	1
Соответствие темы доклада содержанию и форме	1

его представления	
Максимальный балл	5

4.2.4. Критерии оценивания по оценочному средству – 4 составление тестовых заданий

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Объективность оценки образовательных результатов	2
Валидность тестовых заданий/ структуры задач	1
Вариативность, сложность и дифференциация тестов/задач	1
Оригинальность тестов/задач	1
Максимальный балл	5

4.2.5. Критерии оценивания по оценочному средству – 5 составление инструкции

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Титульный лист	2
Наличие всех объектов или круга вопросов, на которые распространяются требования,	2
Наличие всех разделов	2
Стиль написания	2
Информативность и красочность	2
Максимальный балл	10

4.2.6. Критерии оценивания по оценочному средству – 6 практическая работа

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Выполнение практического задания правильно и в полном объеме согласно предъявляемым требованиям с соблюдением необходимой последовательности действий	2
Творческий подход и демонстрация рациональных способов решения	1

Проведен правильный анализ полученных результатов, аргументация	1
Правильно выполнен анализ ошибок	1
Максимальный балл	5

4.2.8. Критерии оценивания по оценочному средству –7 решение ситуационных задач

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Правильное определение ситуации	1
Составление алгоритма действий	1
Демонстрация действий	1
Максимальный балл	3

4.2.9. Критерии оценивания по оценочному средству –8 тестирование

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Количество правильно выбранных/сформулированных ответов	6
Время на выполнения задания	5
Самостоятельность выполнения заданий	8
Максимальный балл	19

## **5. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

### **5.1. Типовые вопросы к экзамену по дисциплине**

#### **«Психофизиологические проблемы экстремальных ситуаций и безопасности»**

1. Предмет, задачи, психологии критических ситуаций.
2. Подходы к определению предмета экстремальной психологии.
3. Понятие экстремальности в психологии. Соотношение понятий, чрезвычайная ситуация, чрезвычайные обстоятельства, особые условия, экстремальные условия.
4. Основные виды психологических последствий воздействия на человека чрезвычайных обстоятельств и чрезвычайных ситуаций, их краткая характеристика.
5. Экстремальная психология как сфера деятельности практического психолога.
6. Понятие психологического обеспечения, его цели и задачи.
7. Физиологический стресс организма. Адаптационная возможность. Ответная реакция организма на физиологический стресс.

8. Нарушения адекватности физиологических и поведенческих реакций при стрессе.

Ухудшение самочувствия у практически здорового человека, снижение качества деятельности.

9. Три типа ситуаций, варьирующих по степени экстремальности:

10. Возрастной кризис.

11. Внутренний кризис.

12. Схема анализа кризисной ситуации.

13. Стадии развития кризиса.

14. Последствие кризиса.

15. Особенности возрастных кризисных изменений.

16. Деструктивные жизненные стратегии выхода из кризиса.

17. Суицид как деструктивный способ выхода из кризиса.

18. Конструктивное преодоление личностных конфликтов.

19. Особенности поведенческой психотерапии кризисных состояний.

20. Характерные черты поведенческой психотерапии.

21. Психологическая модель проблемного поведения.

22. Этапы поведенческой психотерапии кризисных состояний. «Первая психологическая помощь».

23. Травматические кризисы

24. Понятие психологического кризиса.

25. Кризисы становления.

26. Кризисы развития и кризисы жизни.

27. Принципы кризисной интервенции.

28. Программа кризисной помощи

### **Оценочные средства для текущего контроля успеваемости**

#### 6.1. Обзор литературных источников на темы:

1. Хроническое горе.

2. Конфликтное горе.

3. Подавленное или маскированное горе.

4. Неожиданное горе.

5. Восприятие смерти у детей, мужчин и женщин.

6. Контроль над ситуацией.

7. Задачи терапии.

8. Поддержка. Проработка травмирующего материала.

9. Переоценка кризисной ситуации. Изменение мировосприятия.

10. Повышение самооценки.

#### 6.2. Разработка презентаций и докладов.

Презентация - это набор слайдов, объединенных возможностью перехода

от одного слайда к другому и хранящихся в общем файле.

Слайд – это логически автономная информационная структура, содержащая различные объекты, которые представляются на общем экране монитора, листе бумаги или на листе цветной пленки в виде единой композиции. В составе слайда могут присутствовать следующие объекты: заголовок и подзаголовок, графические изображения (рисунки), таблицы, диаграммы, организационные диаграммы, тексты, звуки, маркированные списки, фон, колонтитул, номер слайда, дата, различные внешние объекты.

## **ПРАВИЛА СОСТАВЛЕНИЯ ПРЕЗЕНТАЦИЙ**

**Правило № 1.** Прежде чем приступить к созданию презентации, следует четко представлять (понимать), что вы собираетесь донести до слушателей, что вы собираетесь рассказать. Поэтому необходимо просмотреть как можно больше литературы по данной теме, составить список материалов и иллюстраций, которые вам необходимы, определить, какие материалы и иллюстрации необходимо отсканировать, найти в Интернете или, наконец, нарисовать самим.

**Правило № 2.** Самое важное: презентация – это визуальное, а не текстовое произведение, это визуальная поддержка вашей речи или доклада, и, соответственно, в ней тоже должна быть показана структура (содержание).

Форма содержания: 1) Введение. 2) Основная часть. 3) Заключение.

### **Введение.**

В этой части вы должны ввести аудиторию в ваш проект, ответить на следующие вопросы:

- О чем будет презентация?
- Какие вопросы будут решаться?
- Ответ, на какой вопрос вы ищете в проекте.

### **Основная часть.**

В этой части вам необходимо рассказать о самых основных моментах вашей презентации, т.е. детали темы, проблемы, исследования, и т.д.

### **Заключение.**

В заключении вы можете повторить, перефразировав, введение. Введение и заключение могут быть очень схожими. Разница в том, что во введении вы описываете основные положения, понятия и вопрос, на который ищете ответ. А в заключении вы должны описать результаты вашей работы, какие ответы и предположения вы получили в ходе своих исследований. Не забудьте указать на титульном листе название работы и имена автора (-ов).

**Правило № 3.** Будьте проще! В презентации не должно быть ничего лишнего. Каждый слайд должен представлять собой звено, логически связанное с темой повествования, и работать на общую идею презентации. К сожалению, разработчики Microsoft Office предоставляют массу возможностей для воплощения дурного вкуса в оформлении презентаций. Не поощряйте такие наклонности: выбирайте для слайдов простые темы, или для их оформления используйте готовые шаблоны (<http://www.smiletemplates.com>). К этому же

относится использовать анимации: применяйте её только тогда, когда это нужно, например, чтобы подчеркнуть последовательность ваших тезисов.

**Правило № 4.** Наглядности в презентации можно добиться с использованием фигур и линий. Заливку фигур, особенно если вы размещаете в них текст, не стоит делать яркой, а вот стрелки лучше прорисовывать жирнее: не все издалека смогут разглядеть тонкую линию.

**Правило № 5.** Шрифт и кегль должны служить максимально простому визуальному восприятию. Шрифт – из классических, кегль – не меньше 24. Текст должен быть контрастным на любом цветовом фоне.

**Правило № 6.** Расположение предложений на каждом слайде должно максимально облегчать задачу его восприятия. Совет: на слайдах «Заголовок и объект (список)» пропускайте после каждого пункта маркер, увеличивая отступ вдвое, если позволяет объём текста.

**Правило № 7.** Количество текста в слайде должно определяться мыслью, что презентация – это конспект ключевых тезисов вашей работы (тезисный план), поэтому размещать туда выдержки из работы не стоит.

**Правило № 8.** Графика чаще всего раскрывает концепции или идеи гораздо эффективнее текста: одна картинка может сказать больше тысячи слов. Бывает и наоборот, одно слово может сказать больше тысячи картин. Если есть возможность, вставляйте картинки в каждый слайд. Визуализация помогает аудитории. Помещайте картинки левее текста: мы читаем слева направо, поэтому смотрим сначала на левую сторону слайда.

**Правило № 9.** Не перегружайте слайды лишними деталями, не увлекайтесь анимацией. Анимацию следует использовать только с целью привлечения внимания аудитории к основным, ключевым моментам слайда. Не забывайте, что звуковые и визуальные эффекты не должны отвлекать внимание слушателей от основной важной информации.

**Правило № 10.** В конце презентации лучше поместить вежливый слайд «Спасибо за внимание!» Перед началом обсуждения вашей работы и презентации лучше вывести на экран титульный слайд с вашим именем и темой работы.

### **Правило № 11**

- Информационная емкость.

Возможность в одной мультимедийной презентации разместить большой объем графической, текстовой и звуковой информации, позволяет в полной мере продемонстрировать преимущества и достоинства учебного материала.

- Эмоциональная привлекательность, наглядность.

Мультимедийные презентации дают возможность представить информацию не только в удобной для восприятия последовательности, но и эффектно сочетать звуковые и визуальные образы, подбирать доминирующие цвета и цветовые сочетания, которые создадут у учащихся позитивное отношение к представляемой информации. Наглядность - это ключевой аргумент использования мультимедийных презентаций. И лучше всего он выражается расхожей фразой: «лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать», или даже

прочесть.

- **Интерактивность.**

Возможность непосредственно воздействовать на ход презентации - это одно из важнейших преимуществ мультимедиа. Выбрать язык презентации, нужный для представления раздел или блок информации - неоспоримое достоинство мультимедийных презентаций, которое дает возможность фокусировать внимание учеников на выбранных именно Вами ключевых моментах

**Типичные недочеты и ошибки при создании презентаций.**

- \* Отсутствие *Титульного слайда*, содержащего: название проекта или темы урока (занятия), сведения об авторе, дату разработки, информацию о местоположении ресурса в сети и др.

- \* Отсутствие *Введения*, в котором представлены: цели и задачи изучения темы, краткая характеристика содержания.

- \* Отсутствие *Оглавления* (для развернутых разработок, при наличии в презентации разделов, подтем) с гиперссылками на разделы / подтемы презентации.

- \* Отсутствие логического завершения презентации, содержащего: заключение, обобщения, выводы.

- \* Перегрузка слайдов подробной текстовой информацией (не более трех мелких фактов на слайде и не более одного важного).

- \* Неравномерное и нерациональное использование пространства на слайде;

- \* Отсутствие связи фона презентации с содержанием.

- \* Неудачный выбор цветовой гаммы: использование слишком ярких и утомительных цветов, использование в дизайне более 3 цветов (цвет текста, цвет фона, цвет заголовка и/или выделения), использование темного фона со светлым текстом.

- \* Использование разных фонов на слайдах в рамках одной презентации.

- \* Использование рисунков, фотографий плохого качества и с искажениями пропорций.

- \* Отсутствие должного выравнивания текста.

- \* Отсутствие или неясность связей в схемах или между компонентами материала на слайде.

- \* Наличие различных эффектов при переходах между слайдами и других раздражающих эффектов анимации, мешающих восприятию информации;

- \* Отсутствие единства стиля страниц:

- одинаковая гарнитура и размер шрифта для всех заголовков (не менее 24 пунктов);

- одинаковая гарнитура и размер шрифта для тестовых фрагментов (не менее 18 пунктов);

- заголовки, номера страниц, кнопки перелистывания должны появляться в одном и том же месте экрана;

- одинаковая цветовая гамма на всех страницах и т.п.

**Темы докладов**

1. особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
2. - систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
3. - факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
4. - о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
5. - понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;
6. - классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
7. - основные направления работы с различными группами пострадавших;
8. - общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
9. - алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;
- 10.- признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;
- 11.- механизмы образования толпы;
- 12.- принципы профилактики образования толпы;
- 13.- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;
- 14.- алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;
- 15.- о влиянии этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;
- 16.- стадии развития общего адаптационного синдрома;
- 17.- субсиндромы стресса;
- 18.- виды стресса;
- 19.- механизм адаптации в экстремальной ситуации;
- 20.- механизмы накопления профессионального стресса;
- 21.- стадии формирования и симптомы профессионального выгорания;
- 22.- отсроченные последствия травматического стресса;
- 23.- этапы профессионального становления;
- 24.- основные виды профессиональных деформаций;
- 25.- принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.

### 6.3. Составьте тестовые задания по определенной теме

1. Ограничительные меры.
2. Непредсказуемость действий.
3. Оценка угрозы жизни.
4. Чувство служебного долга.
5. Тревожные реакции.
6. Физические характеристики заложников.
7. Достоверная информация.

8. Опрос детей и их восприятие, мышление, память.
9. Особенности восприятия.
10. Проведение дибрифинга на реабилитационном этапе.

#### 6.5. Составление инструкции

1. Вероятность развития острого эмоционального стресса.
2. Восстановление затраченных функциональных резервов
3. Коррекция длительного стресса.
4. Методика проведения сеанса светодинамической регуляции.
5. Воздействие музыки при психологической релаксации.

Подготовить реферативный обзор по данным вопросам.

#### 6.6. Практическая работа

После окончания выполнения практической работы, обучающийся должен сдать отчет преподавателю в письменном виде.

Практическое занятие №1. «Способы выхода из кризиса» -

Практическое занятие №2 «Методы психотерапии кризисных состояний»

Практическое занятие №3 «Кризисные состояния и их последствия»

Практическое занятие №4 «Травматический стресс. Методы работы с ПТСР» -

Практическое занятие №5 «Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования»

6.7. Решение ситуационных задач выполняется на отдельных листах, в соответствии с требованиями к решению. –

Вы успокаиваете девушку, пострадавшую от действий насильственного характера. Как необходимо выстраивать беседу и что предпринимать, чтобы минимизировать стрессовое состояние пострадавшей?

От своего друга вы узнали о том, что он хочет покончить жизнь самоубийством. Как вы распознаете суицидальное поведение товарища? Как будете проводить профилактическую беседу с ним?

В автомобильной аварии погибла родственница вашего друга, каким образом вы будете оказывать психотерапевтическую помощь при горе и утрате?

Находясь на митинге, вы стали подозревать, что стоящий рядом с вами человек – террорист. По каким характерным чертам в его поведении вы это определили?

#### 6.8. Тестирование

1. В психологии критических ситуаций выделяют несколько стадий, укажите их последовательность:

А

1. шок
2. надежда
3. пессимизм
4. фатализм.

Б

1. шок
2. пессимизм
3. надежда
4. фатализм.

В

1. шок
2. надежда
3. фатализм
4. пессимизм.

2. Какой выход может выбрать человек из сложившегося кризиса?

1. воспользоваться конструктивными стратегиями совладения
2. выбрать путь ухода от проблем
3. следовать саморазрушающей стратегии
4. 1, 2 и 3.

3. Из какой сферы квалифицированного труда в реформированной России начался процесс замещения женщин мужчинами?

1. финансы
2. связь
3. жилищно-коммунальное хозяйство
4. 1, 2 и 3.

4. Какие последствия для человека имеет безработица?

1. негативные
2. адекватные
3. разрушительные.

Рейтинг-контроль 2

1. Как можно рассматривать участие человека в боевых действиях?

1. как стрессовое событие исключительного характера
2. как общий дистресс
3. как недоверие.

2. Укажите особенности проявления посттравматических стрессовых нарушений у

людей, переживших военные действия:

1. возбудимость
2. уход от реальности
3. способностью к адекватности.

4. Какие факторы могут сопровождать пребывание человека на войне?

1. чувство угрозы для жизни
2. стресс
3. уменьшение напряжения.

5. Ясно осознаваемое чувство угрозы для жизни, это:

1. биологический страх смерти
2. ранения
3. боли

4.инвалидизация

5.все

6.все, кроме 4.

6.Укажите специфические факторы боевой обстановки:

1.дефицит времени

2. ускорение темпов действий

3. внезапность

4. неопределенность,

5.новизна

6. невзгоды и лишения

7.все.

7.С чем связан психоэмоциональный стресс?

1.с гибелью товарищей по оружию

2. с необходимостью убивать

3.с уменьшением агрессии.

8.Что характерно для участников боевых действий?

1.эмоциональная напряженность

2.эмоциональная обособленность

3.повышенная раздражительность

4.агрессивность

5.беспричинные вспышки гнева

6.приступы страха и тревоги

7.все

8.все, кроме 6.

9.Укажите психические явления, присутствующие у ветеранов войн:

1.состояние оптимизма

2.ощущение заброшенности

3.доверие

4.неспособность говорить о войне

5.потеря смысла жизни

6.уверенность в своих силах

7.все, кроме 1,3 и 6.

10.Укажите симптомы посттравматических стрессовых нарушений у ветеранов войны:

1.сверхбдительность

2.преувеличенное реагирование

3.притупленность эмоций

4.нарушения памяти и концентрации внимания

5.агрессивность

6.спокойствие

7.все, кроме 6.

11.Эмоциональная реакция, возникающая после интенсивных боевых действий, это:

1.боевой шок

2.декомпенсация

3.переутомление.

Рейтинг-контроль 3

1.Кто выдвинул социологическую теорию самоубийства?

1. Э.Дюргейм

2.З.Фрейд

3.Г.Гегель.

2.Выберите из предложенных варианты демонстративно-шантажных суицидальных действий:

1.бессистемные

2.рациональные

3.аффективные.

3.Каким периодом отличаются рациональные (запланированные) суицидальные попытки?

1.прерывистым

2.коротким

3.длительным.

4.Что характерно для аффективной демонстративно-шантажной попытки суицида?

1.ускоренная динамика

2.отсутствие глубокой рациональной разработки

3. произвольное внимание.

5.Особенностью запуска суицидального поведения является:

1.стресс

2.конфликт

3.отказ в премии.

6.Одновременное осуществление суицидальных действий группой лиц, объединенных

какими-либо идеологическими представлениями, это:

1.групповой суицид

2.импульсивный

3.индуцированный.

7.Неожиданное для окружающих, внезапное осуществление суицидальных действий,

которые носят мгновенный характер, это:

1.групповой суицид

2.импульсивный суицид

3.индуцированный суицид.

8.Суицидальные действия, совершенные вследствие психологического воздействия,

направленного на суицидента значимым лицом, или распространения социальных

стереотипов: национальных особенностей, религиозных представлений, это:

1. групповой суицид
  2. импульсивный суицид
  3. индуцированный суицид.
9. Жертвеннические, ритуальные самоубийства на религиозной почве или согласно принятым в обществе нормам поведения, это:
1. институциональный суицид
  2. групповой суицид
  3. импульсивный суицид
  4. индуцированный суицид.
10. Увеличение суицидальных тенденций в связи с частыми сообщениями в средствах массовой информации о самоубийствах и других формах суицидального поведения, это:
1. кластерные самоубийства
  2. институциональный суицид
  3. групповой суицид.
11. Суицидальные действия, совершаемые группой людей по предварительному сговору, это:
1. расширенный суицид
  2. импульсивный суицид
  3. индуцированный суицид.
12. Самоубийство, совершенное человеком с тяжелым неизлечимым соматическим заболеванием без психических расстройств, это:
1. рациональный суицид
  2. импульсивный суицид
  3. индуцированный суицид.
13. Самоубийство на религиозной почве, совершенное под воздействием определенного религиозного ритуала, чаще всего как его кульминация, это:
1. импульсивный суицид
  2. индуцированный суицид
  3. ритуальный суицид.
14. Убийство, совершенное во благо, в интересах каких-либо людей или идей, это:
1. альтруистический суицид
  2. институциональный суицид
  3. групповой суицид.
15. Самоубийство как реакция протеста на экзистенциальный кризис (экономический, политический, семейный, межличностный, внутриличностный) при резком разрушении образа жизни, это:

1.анемический суицид

2.импульсивный суицид

3.индуцированный суицид.

16.Самоубийство как способ самоизбавления, ухода от решения каких-либо проблем,

это:

1.импульсивный суицид

2.индуцированный суицид

3. эгоистический суицид.

17.Одновременное или последовательное с минимальной разницей во времени самоубийство двух, обычно близких людей на основе суицидального договора,

это:

1.двойной или парный суицид

2.импульсивный суицид

3.индуцированный суицид.

18.Агрессивные действия, направленные на самого себя, целью которых не является

добровольная смерть, однако осуществление, которых ставит жизнь под угрозу,

это:

1.фокальный суицид

2.двойной суицид

3.импульсивный суицид.

19.Укажите способы совершения самоубийств:

1.повешенье

2.самопорезы

3. комбинированные способы

4. все.

20.Активная форма проявления суицидальности: разработка плана самоубийства

(придумывается способ, выбирается время и место действия), это:

1. суицидальные замыслы

2. суицидальные намерения

3. суицидальные действия.

21. Принятие решения о самоубийстве как единственный выход из кризиса, это:

1. суицидальные замыслы

2.суицидальные намерения

3.суицидальные действия.

22. Итог принятого решения о невозможности существования в данной конкретной

ситуации, это:

1. суицидальные замыслы

2.суицидальные намерения

3.суицидальные действия.

23.Укажите антисуицидальные факторы личности:

1. сильная эмоциональная привязанность к родным и близким
  2. родительские обязанности
  3. выраженное чувство долга, обязательность в поведении
  4. концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физических страданий или ущерба
  5. все.
24. Укажите поведенческие черты, характерные для суицидальных личностей:
1. настойчивые или повторные мысли о самоубийстве (суицидальная идеация)
  2. повышенная жизненная активность
  3. нередко наличие сильной зависимости от наркотиков или алкоголя
  4. владение туннельным видением
  5. 1, 3 и 4.
25. Кто считает, что самоубийство является выходом из тупиковой жизненной ситуации?
1. зависимые, антисоциальные личности
  2. кто наиболее часто использует алкоголизацию как форму адаптивного приспособления
  3. энтузиасты.
26. Под влиянием чего возникает психологический кризис?
1. сильного аффекта
  2. душевная напряженность
  3. разнородные негативные эмоции
  4. все.
27. Какие ситуации могут вызвать суицидальное поведение людей?
1. падение престижа профессии
  2. справедливые требования к исполнению профессиональных обязанностей
  3. служебные межличностные конфликты со своими начальниками, подчиненными
  4. тяжелая болезнь, смерть близких людей
  5. ревность, развод, супружеская измена
  6. отдых
  7. все, кроме 2 и 6.
28. Укажите основные причины самоубийства?
1. психологическая травма
  2. хронические соматические заболевания
  3. физические недостатки
  4. все.
29. Что относят к суицидальному поведению?
1. завершенные самоубийства
  2. суицидальные попытки
  3. суицидальные намерения.
  4. девиантное поведение
  5. все

6. все, кроме 4.

30. Сколько может длиться предсуицидальный период при истинных суицидальных действиях?

1. от нескольких суток до месяца и более

2. от 1 часа до 10 часов

3. от 5 часов до 10 суток\_\_

## ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2018/19 учебный год

В рабочую программу практики вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем и согласован с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.
3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии приказом «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации» от 28.04.2018 №297 (п).

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
23.05.2018 г.      Протокол № 13

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании НМС(Н)  
16.06. 2018 г.      Протокол № 9

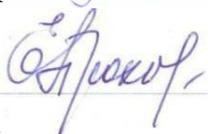
Внесенные изменения утверждаю

И.о. зав.кафедрой



Н.М. Горленко

Декан факультета



Е.Н. Прохорчук

### 3. Учебные ресурсы

#### 3.1. Карта литературного обеспечения дисциплины

Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Кол-во экземпляров/ точек доступа
Основная литература		
Рубанович, В.Б. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / В.Б. Рубанович, Р.И. Айзман, М.А. Суботялов. - 2-е изд., стер. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2010. - 224 с. : ил.,табл., схем. - (Университетская серия). - ISBN 978-5-379-01630-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=57603">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=57603</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Кувшинов, Ю.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Ю.А. Кувшинов ; Министерство культуры Российской Федерации, ФГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет культуры и искусств», Институт социально-культурных технологий, Кафедра социальной педагогики. - Кемерово : КемГУКИ, 2013. - 183 с. - ISBN 978-5-8154-0275-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=275372">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=275372</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Дополнительная литература		
Охрана труда на производстве и в учебном процессе [Текст] : учебное пособие / А. Д. Корощенко [и др.]. - Новосибирск : Арта, 2011. - 240 с. - (Безопасность жизнедеятельности).	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	36
Информационные справочные системы и профессиональные базы данных		



### 3.2. Карта материально-технической базы дисциплины

№ п/п	Аудитория	Оборудование
<b>Аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации</b>		
1	ауд.1-2-10, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89	Проектор-1шт., экран-1шт., тренажёр «Витим 3У» для проведения реанимационных работ -4 шт., кушетка медицинская, шины медицинские для иммобилизации конечностей -30шт., банки медицинские -30шт., шпатели -5шт., карцанги -5 шт., пинцеты -5шт.,доска учебная-1шт
2	ауд. 1-2-74, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89	Доска меловая-1шт
3	ауд. 1-2-76, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89	Доска меловая-1шт
4	ауд. 1-5-35, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89	Проектор-1шт., системный блок-1шт., экран-1шт., таблицы по анатомии человека, макеты мышц человека, макеты органов человека, макеты скелета человека, влажные препараты Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
5	ауд. 1-5-39, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89	Компьютер- 1шт., проектор-1шт., экран -1шт., информационный уголок по охране безопасности Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
6	ауд. 1-4-03, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89	Видеопроектор-1шт., компьютер-1шт., переносная звукоусиливающая система-1шт., стойка компьютерная-1шт., экран подвесной-1шт., доска учебная-1шт Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
7	ауд. 1-4-16, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89	Проектор-1шт., экран-1шт., учебная доска-1шт., колонки-2шт.
8	ауд. 1-4-25, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89	Проектор-1шт., экран-1шт., учебная доска-1шт., карта настенная - 4шт

### Аудитории для самостоятельной работы

1	ауд. 1-105, центр самостоятельной работы студентов, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89	Microsoft® Windows® Home 10 Russian OLP NL AcademicEdition Legalization GetGenuine (OEM лицензия, контракт № Tr000058029 от 27.11.2015); Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1B08-190415-050007-883-951; 7-Zip - (Свободная лицензия GPL); Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия); Mozilla Firefox – (Свободная лицензия); LibreOffice – (Свободная лицензия GPL); XnView – (Свободная лицензия); Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Гарант - (договор № 21 от 18.09.2019) КонсультантПлюс (договор № 20087400211 от 30.06.2016) Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)
---	--	---