

*МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ*  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра психологии и педагогики детства

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

## **Психология стресса**

Направление подготовки:  
*37.03.01 Психология*

направленность (профиль) образовательной программы  
*Социальная психология*

Квалификация (степень) выпускника  
*Бакалавр*


Красноярск, 2019

Рабочая программа дисциплины «Психология стресса» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры психологии и педагогики детства Ж.Г. Васильковой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психологии детства

протокол № 9 от «17» мая 2017 г.

Заведующий кафедрой В.А. Ковалевский

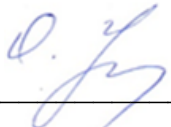


---

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) ИППО

протокол № 4 от «17» мая 2017 г.

Председатель НМСС (Н) О.В. Груздева



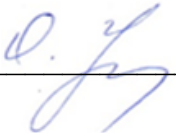
---

Рабочая программа дисциплины «Психология стресса» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры психологии и педагогики детства Ж.Г. Васильковой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психологии детства

протокол № 5 от «24» мая 2018 г.

Заведующий кафедрой О.В. Груздева




---

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) ИППО

«11» июня 2018 г. Протокол № 5

Председатель НМСС (Н) М.А. Кухар



---

Рабочая программа дисциплины «Психология стресса» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры психологии и педагогики детства Ж.Г. Васильковой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психологии протокол № 4 от «08» мая 2019 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению 37.03.01 Психология, протокол № 5 от «15» мая 2019 г.

Председатель

НМСН(С)

ИППО



Т.Г. Авдеева

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Программа дисциплины разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 07 августа 2014 г. № 946; Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 №272-ФЗ; профессиональным стандартом «Психолог в социальной сфере», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 ноября 2013 г. №682н; нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в КГПУ им. В.П.Астафьева по направленности (профилю) образовательной программы Социальная психология, заочной формы обучения (набор 2018 года) в Институте психолого-педагогического образования КГПУ им. В.П.Астафьева с присвоением квалификации бакалавр.

Место дисциплины в учебном плане: дисциплина вариативной части.

### **1.2. Общая трудоемкость дисциплины - в З.Е., часах и неделях**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часов. Дисциплина, согласно графику учебного процесса, реализуется на 5 курсе. Форма контроля – экзамен.

### **1.3. Цель и задачи дисциплины «Психология стресса»**

**Целью** изучения дисциплины является формирование знаний и профессиональных компетенций студентов по психологии стресса.

#### **Задачи:**

1. Ознакомить студентов с основными видами, формами проявления и стадиями стресса.
2. Сформировать у студентов навыки совладания со стрессом.

### **1.4. Основные разделы содержания**

*Раздел № 1. Виды и стадии переживания стресса.*

1. Виды стресса

2. Стадии стресса.

3. Психофизиология стресса.

*Раздел № 2. Использование методов и техник совладания со стрессом*

1. Использование методов и техник совладания со стрессом в рамках психоаналитического направления.

2. Использование методов и техник совладания со стрессом в рамках когнитивно-бихевиорального направления.

3. Использование методов и техник совладания со стрессом в рамках экзистенциально-гуманистического направления.

### 1.5. Планируемые результаты обучения

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-4);

<b>Задачи освоения дисциплины</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>	<b>Код результата обучения</b>
1. Ознакомить студентов с основными видами, формами проявления и стадиями стресса.	<b>Знать:</b> - основные виды стресса.	ПК- 4
	<b>Уметь:</b> – анализировать проявления разных видов стресса.	
	<b>Владеть:</b> – навыками диагностики стресса.	
2. Сформировать у студентов навыки совладания со стрессом	<b>Знать:</b> – возможности использования техник и методов совладания со стрессом	ПК- 4
	<b>Уметь:</b> – применять техники и методы совладания со стрессом	

	<b>Владеть:</b> – способами организации психологического тренинга стрессоустойчивости	
--	--	--

### **1.6. Контроль результатов освоения дисциплины.**

В ходе изучения дисциплины используются такие методы текущего контроля успеваемости как собеседование, написание научной статьи. Форма итогового контроля – экзамен.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся».

### **1.7. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины**

Современное традиционное обучение. В процессе освоения дисциплины используются разнообразные виды деятельности обучающихся, организационные формы и методы обучения: занятия лекционного и семинарского типа, самостоятельная, индивидуальная и групповая формы организации учебной деятельности. Освоение дисциплины заканчивается экзаменом.

## 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДОКУМЕНТЫ

### 2.1. Технологическая карта обучения дисциплине «Психология стресса» для обучающихся основной профессиональной образовательной программы Направление подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) образовательной программы Социальная психология по заочной форме обучения

Наименование модулей, разделов, тем	Всего часов	Аудиторных часов				Внеауди- торных часов	Формы контроля
		всего	лекций	семина ров	лаборат · работ		
Раздел № 1. Виды и стадии переживания стресса.					-		
Тема 1. Виды стресса	22	4	2	2	-	18	Собеседование
Тема 2. Стадии стресса.	20	2	-	2	-	18	Собеседование
Тема 3. Психофизиология стресса.	20	2	-	2	-	18	Собеседование
Раздел № 2. Использование методов и техник совладания со стрессом					-		
Тема 4. Использование методов и техник совладания со стрессом в рамках психоаналитического направления.	22	4	2	2	-	18	Собеседование
Тема 5. Использование методов и техник совладания со стрессом в рамках когнитивно-бихевиорального направления.	22	4	2	2	-	18	Собеседование
Тема 6. Использование методов и техник совладания со стрессом в рамках экзистенциально-гуманистического направления.	29	4	-	4	-	25	Написание научной статьи
	<b>135</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>-</b>	<b>115</b>	
<b>Экзамен</b>	<b>9</b>						
<b>Итого</b>	<b>144</b>						



## 2.2. Содержание основных разделов и тем дисциплины

Раздел № 1. Виды и стадии переживания стресса.

1. Виды стресса.

Психологический и физиологический стресс. Информационный стресс и эмоциональный стресс, их отличительные особенности.

2. Стадии стресса.

Тревога и ее проявление на уровне организма и психики. Стадия сопротивления и ресурсы. Стадия истощения и психосоматика. Дистресс и эустресс.

3. Психофизиология стресса.

Железы внутренней секреции и гормоны стресса. Отделы вегетативной нервной системы и их реакция на стресс. Стресс и психосоматика.

Раздел № 2. Использование методов и техник совладания со стрессом.

1. Использование методов и техник совладания со стрессом в рамках психоаналитического направления.

Анализ сновидений и стресс. Метод свободных ассоциаций, связанных со стрессовыми событиями. Катарсис и инсайт.

2. Использование методов и техник совладания со стрессом в рамках когнитивно-бихевиорального направления.

Рационально-эмоциональная поведенческая терапия как технология совладания со стрессом. Классическое обусловливание как ресурс стрессоустойчивости. Техника систематической десенсибилизации.

3. Использование методов и техник совладания со стрессом в рамках экзистенциально-гуманистического направления.

Конгруэнтность и предрасположенность к стрессу. Техники экзистенциального направления для повышения стрессоустойчивости.

## **2.3. Методические рекомендации по освоению дисциплины**

### **«Психология стресса»**

Направление подготовки 37.03.01 Психология,  
направленность (профиль) образовательной программы

Социальная психология

Особое место в рамках дисциплины отводится самостоятельной работе, во внеаудиторное время. Самостоятельная работа включает подготовку по теоретическому материалу с использованием различных форм работы:

1. Написание научной статьи.
2. Подготовка к собеседованию.

1. Написание научной статьи. Необходимо определиться с темой статьи, и ее содержанием. Статья будет иметь теоретический или практический характер? От этого будет зависеть ее структура.

Примерная структура теоретической статьи: актуальность, цель, предмет изучения, подходы к рассмотрению изучаемого феномена и их синтез, обобщение и изложение собственной точки зрения, вывод.

Практическая статья подразумевает две составляющие – теоретическую и практическую. В теоретической части приблизительно такое же содержание, как описано выше, однако подходы не раскрываются подробно, а необходимо остановиться только на выбранном вами подходе/точке зрения автора на определение изучаемого. Практическая же часть содержит цель, методики исследования и фамилии авторов, характеристику выборки, результаты в виде диаграмм или таблиц с их описанием в виде количественных и качественных выводов.

2. Подготовка к собеседованию. Данный вид самостоятельной работы предполагает самостоятельное изучение научной литературы по выбранной проблеме психологии стресса и направлен на развитие критического мышления, усвоение знаний, добытых в ходе активного поиска. Собеседование проходит по вопросам семинарских занятий, которые выдаются заранее. Оценка результатов собеседования проводится по

следующим критериям: глубина знаний, аргументированность, логичность изложения, достоверность информации.

### 3. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### 3.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины «Психология стресса»

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования. Название программы/направленности (профиля) образовательной программы	Количество зачетных единиц
Психология стресса	Направление подготовки 37.03.01 Психология/ Бакалавриат направленность (профиль) образовательной программы Социальная психология	4
Смежные дисциплины по учебному плану		
Предшествующие: Клиническая психология, Основы психологического консультирования		
Последующие:-.		

Входной модуль (проверка «остаточных» знаний по ранее изученным смежным дисциплинам)			
	Форма работы	Количество баллов 10 %	
		min	max
	Собеседование	5	10
<b>Итого</b>		<b>5</b>	<b>10</b>

<b>Раздел 1</b>			
	Форма работы	Количество баллов 30%	
		min	max
Текущая работа	Собеседование	20	30
<b>Итого</b>		<b>20</b>	<b>30</b>

<b>Раздел 2</b>			
	Форма работы	Количество баллов 50%	
		min	max
	Собеседование	15	25
	Написание научной статьи	15	25
<b>Итого</b>		<b>30</b>	<b>50</b>

<b>Итог по дисциплине</b>			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 10%	
		min	max
	Зачет	5	10
<b>Итого</b>		<b>5</b>	<b>10</b>
Общее количество баллов по дисциплине			

(по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)	min	max
	<b>60</b>	<b>100</b>

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ			
	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
	Участие в конференциях с докладом	<b>0</b>	<b>10</b>
	Научная публикация в журналах РИНЦ	<b>0</b>	<b>20</b>
Итого		<b>0</b>	<b>30</b>
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		min	max
		<b>60</b>	<b>100</b>

**Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:**

<i>Общее количество набранных баллов*</i>	<i>Академическая 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.

### 3.2. Фонд оценочных средств (контрольно-измерительные материалы)

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева»**

Институт психолого-педагогического образования

Кафедра-разработчик - кафедра психологии детства

**УТВЕРЖДЕНО**

на заседании кафедры психологии  
протокол № 4 от «08» мая 2019 г.

Заведующий кафедрой

Е.Ю. Дубовик



**ОДОБРЕНО**

на заседании научно-методического совета  
ИППО протокол № 5 от «15» мая 2019 г.

председатель НМСН(С) ИППО

Т.Г. Авдеева



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся по дисциплине «Психология стресса»

Направление подготовки:

*37.03.01 Психология*

направленность (профиль) образовательной программы

*Социальная психология*

Квалификация (степень) выпускника

*Бакалавр*

Составитель: Василькова Ж.Г. к.психол.н., доцент

**Экспертное заключение**  
на фонд оценочных средств (для проведения текущего контроля  
успеваемости и промежуточной аттестации)  
по дисциплине **«Психология стресса»**  
направление подготовки **37.03.01 Психология**  
направленность (профиль) образовательной программы  
**Социальная психология**  
Степень (квалификация) **Бакалавр**

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ НА ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Представленный фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта высшего образования и профессиональному стандарту Психолог в социальной сфере.

Предлагаемые формы и средства аттестации адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) образовательной программы Социальная психология.

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 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 направленности (профиля) образовательной программы.

Директор  
МБУ «КЦСОН Кировского района»



Л.М. Сафонова

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

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

### **1.2 ФОС по дисциплине решает задачи:**

- контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;

- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора общекультурных общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников;

- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Университета.

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

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень высшего образования: бакалавриат);

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень высшего образования: бакалавриат);

- 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 аспирантуре в



федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

## **2. Перечень компетенций подлежащих формированию в рамках дисциплины**

### **2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:**

- ПК-4 - способность к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.

## 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании данной компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМ	
			Номер	Форма
способность к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-4)	Психология воспитания Психология личности и индивидуальности Социальная психология Психология развития и возрастная психология Разработка программ сопровождения Психология труда Проблемы социализации Сопровождение замещающих семей Производственная практика Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности Преддипломная практика Социальные основы профилактики экстремизма и зависимых форм поведения в молодежной среде Правовые основы профилактики экстремизма и зависимых форм поведения в молодежной среде	Текущий контроль успеваемости	1	Доклад
			2	Написание научной статьи
		Промежуточная аттестация	3	Экзамен

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: экзамен.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство экзамен.

Критерии оценивания по оценочному средству – экзамен.

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 балла)* удовлетворительно/зачтено
ПК-4	На продвинутом уровне способен к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам	На базовом уровне способен к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам	На пороговом уровне способен к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

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

**4.1. Фонды оценочных средств включают:** собеседование, написание научной статьи.

**4.2. Критерии оценивания см. в технологической карте рейтинга рабочей программы дисциплины**

##### **4.2.1 Критерии оценивания по оценочному средству 1 - собеседованию**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Полнота и глубина ответа	5
Аргументирует свою точку зрения	5
Излагает в логической последовательности	5
Достоверность информации	5
Максимальный балл	20

##### **4.2.2 Критерии оценивания по оценочному средству 2 – написание научной статьи**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Структурированность	5
Новизна	5
Практическая, теоретическая ценность	5
Полнота и аргументированность выводов	5
Максимальный балл	20

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

**4.1. Собеседование по дисциплине «Психология стресса»**

##### **5.1.1. Типовые вопросы к собеседованию:**

1. Какие вы знаете виды стресса?
2. Опишите, что происходит в организме, когда человек испытывает стресс?
3. Как вы думаете, от каких факторов зависит стрессоустойчивость?

##### **5.1.2. Типовые темы для написания научной статьи**

1. Влияние характерологических особенностей человека на возможности его стрессоустойчивости.
2. Исследование факторов, определяющих риски психосоматики при стрессе.

3. Использование техник когнитивного направления для совладания со стрессом.

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

### **Вопросы к экзамену по дисциплине «Психология стресса»**

1. Сформулируйте определение стресса.
2. Назовите возможные варианты проявления стресса.
3. Охарактеризуйте основные виды стресса.
4. Охарактеризуйте стадии стресса.
5. Раскройте взаимосвязь стресса и синдрома эмоционального выгорания.
6. Охарактеризуйте информационный стресс и эмоциональный стресс, назовите их отличительные особенности.
7. Опишите влияние тревоги на организм и психику.
8. Охарактеризуйте феномены дистресса и эустресса.
9. Опишите психофизиологию стресса.
10. Дайте названия отделам вегетативной нервной системы и опишите их реакцию на стресс.
11. Раскройте взаимосвязь стресса и психосоматики.
12. Раскройте возможности использования методов и техник совладания со стрессом в рамках психоаналитического направления.
13. Раскройте возможности использования методов и техник совладания со стрессом в рамках когнитивно-бихевиорального направления.
14. Раскройте возможности использования методов и техник совладания со стрессом в рамках экзистенциально-гуманистического направления.
15. Опишите факторы стрессоустойчивости.
16. Влияние личностных особенностей на стрессоустойчивость.

### **3.3. Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по дисциплине**

#### **Лист внесения изменений**

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

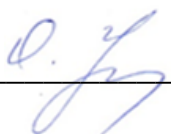
1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами.
2. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом «Об утверждении Положения 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 психологии детства

протокол № 5 от «24» мая 2018 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой О.В. Груздева




---

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) ИППО

Протокол № 5 от «11» июня 2018 г.

Председатель НМСС (Н) М.А. Кухар



---

## **Лист внесения изменений**

Дополнения и изменения рабочей программы на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами.
2. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации» от 28.04.2018 № 297 (п).
4. Обновлена карта материально-технической базы дисциплины.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии «08» мая 2019 г., протокол № 4

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению подготовки 37.03.01 Психология, протокол № 5 от «15» мая 2019 г.

Председатель НМСН(С) ИППО



Т.Г. Авдеева



**4. УЧЕБНЫЕ РЕСУРСЫ**  
**4.2. КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Психология стресса»**

для обучающихся основной профессиональной образовательной программы  
 Направление подготовки 37.03.01 Психология,  
 направленность (профиль) образовательной программы Социальная психология  
 по заочной форме обучения

Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Кол-во экземпляров/точек доступа
<b>ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА</b>		
<b>Колесов, Д.В.</b> Состояние человека (семантика, психология, медицина) [Текст] : учебное пособие / Д. В. Колесов, Д. Д. Колесов. - М. : МПСИ ; Воронеж : НПО "Модэк", 2008. - 704 с. - (Библиотека психолога).	Научная библиотека	19
<b>Хинканина, А.Л.</b> Психодиагностика : учебное пособие / А.Л. Хинканина ; Поволжский государственный технологический университет. - Йошкар-Ола : ПГТУ, 2016. - 80 с. : схем., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8158-1738-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=459524">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=459524</a> (08.02.2019).	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Клиническая психология [Текст]: Учебник / ред. <b>Б. Д. Карвасарский</b> , 2006. - 960 с.	Научная библиотека	60
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА</b>		

Государев, Н.А. Клиническая психология [Текст] : учебное пособие / Н. А. Государев, 2007. - 144 с.	Научная библиотека	40
<b>РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ</b>		
Министерство просвещения РФ [Электронный ресурс]: Официальный сайт.	<a href="https://edu.gov.ru/">https://edu.gov.ru/</a>	свободный
Реестр примерных основных образовательных программ [Электронный ресурс]	<a href="http://fgosreestr.ru/">http://fgosreestr.ru/</a>	свободный
<b>ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ</b>		
Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992 .	Научная библиотека (1-02)	локальная сеть вуза
Elibrary.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. портал. – Москва, 2000– . – Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a> .	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	свободный
East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011	<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>	Индивидуальный неограниченный доступ

Согласовано:

Заместитель директора библиотеки  
(должность структурного подразделения) (подпись)



/ Шулипина С.В.  
(Фамилия И.О.) (дата)

### 4.3. Карта материально-технической базы дисциплины «Психология стресса»

#### для обучающихся образовательной программы

Направление подготовки 37.03.01 Психология,  
направленность (профиль) образовательной программы

Социальная психология

**по заочной форме обучения**

Номер аудитории/помещения 660017, Красноярский край, г. Красноярск, ул. К. Маркса, зд. 100, (Корпус № 3)	Оборудование (наглядные пособия, макеты, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)
Аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	
1-04	- Учебная доска -1 шт., стол для инвалида-колясочника -1 шт. - Программного обеспечения – нет
1-06	- Учебная доска-1шт., проектор-1шт., компьютер -1шт., экран-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
2-01	- Учебная доска-1шт., проектор-1шт., экран-1шт., системный блок-1шт. - Программного обеспечения: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
2-02	- Учебная доска-1шт., интерактивная доска-1шт., шкаф-1шт., проектор-1 шт. - Программного обеспечения – нет
2-03	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
2-04	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
2-05	- Компьютер-3шт., МФУ-2шт., принтер-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
2-06 (Учебно-исследовательская лаборатория «Центр психологических и педагогических исследований»)	- Компьютер-10шт., интерактивная доска с встроенным проектором-1шт., телевизор-1шт., учебно-методическая литература - Программное обеспечение: Microsoft® Windows® 8.1 Professional (ОЕМ лицензия, контракт № 20А/2015 от 05.10.2015); Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1В08-190415-050007-883-951; 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); Psychometric Expert-8 (Контракт № 11/09С от 24.09.2015)
2-07 (Аудитория для тренингов)	- МФУ-1шт., магнитофон-1шт. - Программного обеспечения – нет
2-09	- Флипчарт-1шт., маркерная доска-1шт., телевизор-1шт. - Программного обеспечения – нет
2-10	- Учебная доска -1шт., таблицы по детской психологии, проектор-1шт., экран-1шт., компьютер – 1шт., интерактивная доска-1шт., маркерная доска-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-01	- Учебная доска-1шт., проектор-1шт., интерактивная доска-1шт., схемы и таблицы по менеджменту, компьютер- 1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-01а	- Компьютер-1шт., МФУ-1шт., принтер-1шт., сканер-1шт., проектор-1шт., ноутбук-1шт. - Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-03	- Проектор-1шт., учебная доска-1шт., экран-1шт., компьютер-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-04	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
3-05	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
3-06	- Интерактивная доска с проектором-1шт., маркерная доска-1шт., системный блок-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-07	- Оборудования – нет - Программного обеспечения – нет
3-08	- Учебная доска-1шт., экран-1шт., проектор-1шт. - Программного обеспечения – нет
3-10	- Учебная доска-1 шт., экран напольный-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-03	- Маркерная доска-1шт., проектор- 1 шт., экран -1шт. - Программного обеспечения – нет
4-04	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-05	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-06	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-08	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-09	- Учебная доска-1шт.

	- Программного обеспечения – нет
Помещения для самостоятельной работы, индивидуальных консультаций	
2-11 (Методический кабинет)	- Компьютер-14шт. - Программное обеспечение: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017
4-01 (Информационно-методический ресурсный центр)	- Компьютер- 4шт. - Программное обеспечение: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017