

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Забайкальский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Психолого-педагогический факультет
Кафедра Теоретической и прикладной психологии

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Психолого-педагогический
факультет

Клименко Татьяна
Константиновна

« ____ » _____ 20 ____
г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.09 Психология стресса
на 108 часа(ов), 3 зачетных(ые) единиц(ы)
для направления подготовки (специальности) 37.03.01 - Психология

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом
Министерства образования и науки Российской Федерации от
« ____ » _____ 20 ____ г. № ____

Профиль – Психология (для набора 2023)
Форма обучения: Очная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

формирование компетенций в области изучения психологического стресса, причинами возникновения и формами проявления стрессовых состояний, влияниями стресса на успешность деятельности и здоровье человека, психологическими методами диагностики и коррекции стресса

Задачи изучения дисциплины:

1. Овладеть системой понятий данной области психологического знания; 2. Изучить основные концепции в проблемном поле психологии стресса; 3. Изучить механизмы и закономерности возникновения и протекания психологического стресса. 4. Изучить пути и средства регуляции психологического стресса

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Психология стресса» относится к блоку 1 – обязательных дисциплин Б1.В.09

1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы), 108 часов.

| Виды занятий | Семестр 4 | Всего часов |
|-----------------------------------------------|-----------|-------------|
| Общая трудоемкость | | 108 |
| Аудиторные занятия, в т.ч. | 80 | 80 |
| Лекционные (ЛК) | 32 | 32 |
| Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ) | 48 | 48 |
| Лабораторные (ЛР) | 0 | 0 |
| Самостоятельная работа студентов (СРС) | 28 | 28 |
| Форма промежуточной аттестации в семестре | Зачет | 0 |
| Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП) | | |

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Планируемые результаты освоения образовательной программы | | Планируемые результаты обучения по дисциплине |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Код и наименование компетенции | Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины | Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности |
| ОПК-4 | ОПК-4.1. Знает способы реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном развитии, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности; | Знать: содержание способов реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном развитии, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности профессиональной |
| ОПК-4 | ОПК-4.2. Определяет цели и самостоятельно или в кооперации с коллегами разрабатывает программы психологического вмешательства с учетом индивидуально- психологических характеристик, квалифицированно осуществляет психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития. | <p>Знать: теоретические и практические основы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования</p> <p>Уметь: определять цели и самостоятельно или в кооперации с коллегами разрабатывает программы психологического вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик, квалифицированно осуществляет психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития</p> <p>Владеть: умением разрабатывать программы психологического вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик, умение квалифицированно осуществлять психологическое вмешательство в</p> |

| | | |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | целях профилактики, лечения, реабилитации и развития |
| ПК-4 | ПК-4.1. знает современные теории, направления и практики коррекционно-развивающей работы; современные техники и приемы коррекционноразвивающей работы и психологической помощи; способы и методы оценки эффективности и совершенствования коррекционно - развивающей работы; | Знать: теоретические основы составления программ психокоррекции, программ, с использованием эффективных методов работы в области профессиональной ориентации и психологической поддержки учащейся молодежи, безработных и незанятых граждан |
| ПК-4 | ПК-4.2. Умеет: организовать коррекционный, развивающий, обучающий процесс, направленных на решение типовых проблем | Знать: основы развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации Уметь: разрабатывать развивающие, обучающие, коррекционные программы, направленные на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации Владеть: навыками реализации и оценки эффективности развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации |
| ПК-4 | ПК-4.3. Может принимать участие в реализации развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации | Знать: критерии оценки эффективности реализованных развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации Уметь: реализовывать разработанные |

| | | |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | <p>развивающие, обучающие, коррекционные программы, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p> <p>Владеть: навыками оценки эффективности адаптации разработанных и реализованных развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p> |
| ПК-6 | ПК-6.1 Знает: закономерности развития различных категорий обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; современные техники и приемы коррекционноразвивающей работы | Знать: теоретические основы составления психологических тренингов по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации |
| ПК-6 | ПК- 6. 2 Умеет: проводить коррекционно-развивающие занятия с обучающимися; оценивать эффективность коррекционно-развивающей работы в соответствии с выделенными критериями | <p>Знать: теоретические основы составления программ социализации и реабилитации в развивающем, обучающем процессе</p> <p>Уметь: организовать работу и принимать участие в развивающем, обучающем процессе, в том числе работу по реабилитации</p> <p>Владеть: навыками организации работы и активного участия в развивающем, обучающем процессе, в том числе работе по реабилитации</p> |
| | | |

| | | |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-6 | ПК-6.3 Владеет: навыками разработки и реализации планов проведения коррекционноразвивающих занятий для детей и обучающихся | <p>Знать: закономерности протекания процесса организованной групповой работы в развивающем, обучающем процессе, в том числе работу по реабилитации</p> <p>Уметь: организовывать и реализовывать программы в развивающем, обучающем процессе, в том числе работу по реабилитации</p> <p>Владеть: навыками оценки эффективности реализованных психологических программ в развивающем, обучающем процессе, в том числе работу по реабилитации</p> |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

3.1 Структура дисциплины для очной формы обучения

| Модуль | Номер раздела | Наименование раздела | Темы раздела | Всего часов | Аудиторные занятия | | | С Р С |
|--------|---------------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------|--------------------|--------|-------------|
| | | | | | Л К | П З (С З) | Л Р | |
| 1 | 1.1 | Проблема предмета психологии стресса | Понятие стресса, сущность стресса. Виды стресса. Феноменология стресса в различных сферах жизнедеятельности человека | 27 | 8 | 12 | 0 | 7 |
| 2 | 2.1 | Концепция стресса Г. Селье | История развития концепций гомеостатического регулирования в физиологии. "Триада | 27 | 8 | 12 | 0 | 7 |

| | | | | | | | | |
|-------|-----|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|----|---|----|
| | | | <p>признаков" стресса по Г. Селье, физиологические механизмы возникновения. Понятие общего адаптационного синдрома, уровни адаптации. Стадии развития стрессовых реакций по Г.Селье. Зависимость уровня исполнения от степени активации и напряженности деятельности, фактор сложности задачи. Основные принципы классической теории (не специфичность ответа, фазы приспособления, ресурсы адаптации), привнесенные в область психологического изучения стресса.</p> | | | | | |
| 3 | 3.1 | Методология изучения стресса | Методология изучения стресса. Общие теоретические и методологические принципы изучения личности в критической ситуации | 27 | 8 | 12 | 0 | 7 |
| 4 | 4.1 | Методы психологической саморегуляции и состояний (психотерапевтическая традиция). | Классификация методов саморегуляции. Базовые техники и вспомогательные средства. Примеры программ обучения приемам саморегуляции. Индивидуальные особенности освоения навыков саморегуляции. Оценка эффективности внедрения психокоррекционных средств | 27 | 8 | 12 | 0 | 7 |
| Итого | | | | 108 | 32 | 48 | 0 | 28 |

3.2. Содержание разделов дисциплины

3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

| Модуль | Номер раздела | Тема | Содержание | Трудоемкость (в часах) |
|--------|---------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 1 | 1.1 | Проблема предмета психологии стресса | Понятие стресса, сущность стресса. Виды стресса. Феноменология стресса в различных сферах жизнедеятельности человека | 8 |
| 2 | 2.1 | Стадии развития стрессовых реакций по Г.Селье. | История развития концепций гомеостатического регулирования в физиологии. "Триада признаков" стресса по Г. Селье, физиологические механизмы возникновения. Понятие общего адаптационного синдрома, уровни адаптации. Стадии развития стрессовых реакций по Г.Селье. Зависимость уровня исполнения от степени активации и напряженности деятельности, фактор сложности задачи. Основные принципы классической теории (не специфичность ответа, фазы приспособления, ресурсы адаптации), привнесенные в область психологического изучения стресса. | 8 |
| 3 | 3.1 | Методология изучения стресса. | Общие теоретические и методологические принципы изучения личности в критической ситуации | 8 |
| 4 | 4.1 | Классификация методов саморегуляции. | Базовые техники и вспомогательные средства. Примеры программ обучения приемам саморегуляции. Индивидуальные особенности освоения навыков саморегуляции. Оценка эффективности внедрения психокоррекционных средств | 8 |

3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

| Модуль | Номер раздела | Тема | Содержание | Трудоемкость (в часах) |
|--------|---------------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 1 | 1.1 | Проблема предмета психологии стресса | Понятие стресса, сущность стресса. Виды стресса. Феноменология стресса в различных сферах жизнедеятельности человека | 12 |

| | | | | |
|---|-----|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 2 | 2.1 | Стадии развития стрессовых реакций по Г.Селье. | История развития концепций гомеостатического регулирования в физиологии. "Триада признаков" стресса по Г. Селье, физиологические механизмы возникновения. Понятие общего адаптационного синдрома, уровни адаптации. Стадии развития стрессовых реакций по Г.Селье. Зависимость уровня исполнения от степени активации и напряженности деятельности, фактор сложности задачи. Основные принципы классической теории (не специфичность ответа, фазы приспособления, ресурсы адаптации), привнесенные в область психологического изучения стресса. | 12 |
| 3 | 3.1 | Методология изучения стресса. | Общие теоретические и методологические принципы изучения личности в критической ситуации | 12 |
| 4 | 4.1 | Классификация методов саморегуляции. | Базовые техники и вспомогательные средства. Примеры программ обучения приемам саморегуляции. Индивидуальные особенности освоения навыков саморегуляции. Оценка эффективности внедрения психокоррекционных средств | 12 |

3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

| Модуль | Номер раздела | Тема | Содержание | Трудоемкость (в часах) |
|--------|---------------|------|------------|------------------------|
| | | | | |

3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

| Модуль | Номер раздела | Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение | Виды самостоятельной деятельности | Трудоемкость (в часах) |
|--------|---------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------|
| 1 | 1.1 | Феноменология стресса в различных сферах жизнедеятельности | Подготовка электронных презентаций | 7 |

| | | | | |
|---|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| | | человека | | |
| 2 | 2.1 | История развития концепций гомеостатического регулирования в физиологии. "Триада признаков" стресса по Г. Селье, физиологические механизмы возникновения. | Составление конспектов | 7 |
| 3 | 3.1 | Общие теоретические и методологические принципы изучения личности в критической ситуации. | Подготовка электронных презентаций, фильмов. | 7 |
| 4 | 4.1 | Базовые техники и вспомогательные средства. Примеры программ обучения приемам саморегуляции. Индивидуальные особенности освоения навыков саморегуляции. Оценка эффективности внедрения психокоррекционных средств | Составление конспектов, профессиональных папок с техниками саморегуляции, оказания помощи человеку в ситуации стресса. | 7 |

4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература

5.1.1. Печатные издания

1. Одинцова, Мария Антоновна. Психология стресса : Учебник и практикум для вузов / Одинцова М. А., Захарова Н. Л. - Москва : Юрайт, 2022. - 299 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/490085> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-05254-1 : 949.00.

2. Плотникова, М.Ю. Психологические условия становления профессионального самосознания студентов-психологов : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2015. - 160 с. - ISBN 978-5-9293-1435-3 : 160-00.

3. Одинцова, Мария Антоновна. Психология экстремальных ситуаций : Учебник и практикум для вузов / Одинцова М. А., Самаль Е. В. - Москва : Юрайт, 2021. - 303 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/469938> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-9916-9094-2 : 849.00.

5.1.2. Издания из ЭБС

1. Плотникова, М. Ю. Психология стресса [Электронный ресурс] : учебное пособие / Плотникова М. Ю. - Чита : ЗабГУ, 2020. - 142 с. - Книга из коллекции ЗабГУ - Психология. Педагогика. - ISBN 978-5-9293-2666-0.

2. Плотникова, М. Ю. Арт-терапия в профессиональной деятельности психолога [Электронный ресурс] : учебное пособие / Плотникова М. Ю. - Чита : ЗабГУ, 2020. - 141 с. - Книга из коллекции ЗабГУ - Психология. Педагогика. - ISBN 978-5-9293-2658-5.

5.2. Дополнительная литература

5.2.1. Печатные издания

1. Плотникова, Маргарита Юрьевна. Юнгианская песочная терапия в профессиональной деятельности психолога : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 118 с. - ISBN 978-5-9293-1817-7 : 118-00.

2. Решетников, Михаил Михайлович. Психология войны. Прогнозирование состояния, поведения и деятельности людей : Монография / Решетников М. М. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 336 с. - (Актуальные монографии). - URL: <https://urait.ru/bcode/493469> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-05663-1 : 1049.00.

3. Плотникова, М.Ю. Арт-терапия в профессиональной деятельности психолога [Текст] : учеб. пособие / М.Ю. Плотникова ; Забайкальский государственный университет. - Чита : ЗабГУ, 2020. - 141 с. - ISBN 978-5-9293-2658-5 : 268-00.

5.2.2. Издания из ЭБС

1. Каракеян, Валерий Иванович. Организация безопасности в чрезвычайных ситуациях : Учебное пособие Для СПО / Каракеян В. И., Никулина И. М. - Москва : Юрайт, 2022. - 120 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/490062> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-09151-9 : 399.00.

2.

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

| Название | Ссылка |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| ЭБС "КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА" | https://www.studentlibrary.ru/ |
| ЭБС "ЮРАЙТ" | https://urait.ru/ |
| ЭБС "ЛАНЬ" | https://e.lanbook.com/ |

6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, АBBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

- 1) Google Chrome
- 2) Mozilla Firefox
- 3) АИБС "МегаПро"

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся | Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы |
| Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа | Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по факультету |
| Учебные аудитории для проведения практических занятий | |
| Учебные аудитории для промежуточной аттестации | |
| Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций | Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по кафедре |
| Учебные аудитории для текущей аттестации | |

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

При освоении дисциплины для продуктивной аудиторной работы студент должен:

- прежде всего, обращаться к рекомендуемой по дисциплине литературе,
- знакомиться с возможными источниками интернет-ресурсов по данной дисциплине,
- проявлять активность на лекциях, которая предполагает:

- а) просмотр предыдущей лекции;
- б) выполнение мини заданий на лекцию;
- в) постановку вопросы во время лекции или по окончании ее, с целью уточнения отдельных положений излагаемого материала;

Рекомендации к организации самостоятельной работы студентов

Приёмы самостоятельной работы студентов

Для организации продуктивной самостоятельной работы целесообразно обращаться за рекомендациями, изложенными в методических пособиях по этому вопросу, имеющимся в научной библиотеке ЗабГУ.

1. Работа с учебником.

Для обеспечения максимально возможного усвоения материала и с учётом индивидуальных особенностей студентов, можно предложить им следующие приёмы обработки информации учебника:

- конспектирование;
- составление плана учебного текста;
- аннотирование;
- выделение проблемы и нахождение путей её решения;
- самостоятельная постановка проблемы и нахождение в тексте путей её решения;
- определение алгоритма практических действий (план, схема).

Подготовка доклада.

Доклад - это сообщение по заданной теме, с целью внести знания из дополнительной литературы, систематизировать материал, проиллюстрировать примерами, развить навыки самостоятельной работы с научной литературой, познавательный интерес к научному познанию.

Тема доклада должна быть согласована с преподавателем и соответствовать теме занятия. Необходимо соблюдать регламент, оговоренный при получении задания. Иллюстрации должны быть достаточными, но не чрезмерными.

Работа студента над докладом включает отработку навыков ораторства и умения организовать и проводить диспут. Студент в ходе работы по презентации доклада отрабатывает умение ориентироваться в материале и отвечать на дополнительные вопросы слушателей, отрабатывает умение самостоятельно обобщить материал и сделать выводы в заключении.

Студент обязан подготовить и выступить с докладом в строго отведенное время преподавателем, и в срок.

Подготовка мультимедиа-презентации.

Презентация – это устный доклад студента на определенную тематику, сопровождаемый мультимедийной компьютерной презентацией. Компьютерная презентация - мультимедийный инструмент, используемый в ходе докладов или сообщений для повышения выразительности выступления, более убедительной и наглядной иллюстрации описываемых фактов и явлений. Компьютерная презентация создается в программе Microsoft Power Point. Особое внимание при подготовке презентации необходимо уделить тому, что центром внимания во время презентации должен стать сам докладчик и его речь, а не надписи мелким шрифтом на слайдах. Если весь процесс работы над презентацией выстроить хронологически, то начинается он с четко разработанного плана, далее переходит на стадию отбора содержания и создания презентации, затем наступает заключительный, но самый важный этап – непосредственное публичное выступление.

Студенту, опираясь на план выступления необходимо определить около 10 главных идей, выводов по выбранной теме, которые следует донести до слушателей, и на их основании составить компьютерную презентацию.

Дополнительная информация, если таковая имеет место быть, должна быть размещена в раздаточном материале или просто озвучена, но не включена в компьютерную презентацию.

После подборки информации студенту следует систематизировать материал.

Элементами, дополняющими содержание презентации, являются:

1. Иллюстративный ряд. Иллюстрации типа «картинка», фотоиллюстрации, схемы, картины, графики, таблицы, диаграммы, видеоролики.
2. Звуковой ряд. Музыкальное или речевое сопровождение, звуковые эффекты.
3. Анимационный ряд.
4. Цветовая гамма. Общий тон и цветные заставки, иллюстрации, линии должны сочетаться

между собой и не противоречить смыслу и настроению презентации.

5. Шрифтовой ряд. Выбирать шрифты желательно, не увлекаясь их затейливостью и разнообразием. Выбранные шрифты должны легко восприниматься на первый взгляд.

6. Специальные эффекты. Важно, чтобы в презентации они не отвлекали внимание на себя, а лишь усиливали главное.

Правила организации материала в презентации:

1. Главную информацию — в начало.

2. Тезис слайда — в заголовок.

3. Анимация — не развлечение, а метод передачи информации, с помощью которого можно привлечь и удержать внимание слушателей.

Компьютерная презентация должна состоять не более чем из 10-15 слайдов.

Время на выступление составляет 15 минут.

Разработчик/группа разработчиков:
Маргарита Юрьевна Плотникова

Типовая программа утверждена

Согласована с выпускающей кафедрой
Заведующий кафедрой

_____ «___» _____ 20__ г.