

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

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

Факультет естественных наук, математики и технологий  
Кафедра Географии, безопасности жизнедеятельности и технологии

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет естественных  
наук, математики и  
технологий

Токарева Юлия Сергеевна

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.01.04 Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях  
на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 44.03.01 - Педагогическое образование

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

Профиль – Образование в области безопасности жизнедеятельности (для набора 2022)  
Форма обучения: Заочная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

изучение неблагоприятных психологических процессов, явлений в нашей жизни и овладение правилами безопасного поведения в различных ситуациях, в том числе условиях острых социальных, социально-политических и военных конфликтов; формирование представлений о механизмах психологической защиты человека и выполнение требований безопасности и защищенности в социуме.

Задачи изучения дисциплины:

☒ дать знания об основных нейрофизиологических процессах, психофизиологических состояниях и свойствах личности в норме и при различных экстремальных ситуациях;

☒ показать возрастные и гендерные отличия психофизиологических качеств, определяющих безопасность жизнедеятельности;

☒ показать психофизиологические механизмы адаптации организма к различным экстремальным и стрессовым ситуациям;

☒ научить методам психической защиты в экстремальных ситуациях;

☒ показать психологические подходы к профотбору и профессиям, сопряженным с опасностью;

☒ дать представления об основных психотерапевтических методах коррекции психоэмоциональных и личностных расстройств.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина Б1.В.01.04 «Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений цикла Б.1 Дисциплины (модули), модуль «Исследовательская и методическая деятельность в науке и образовании» учебного плана 44.03.01 Педагогическое образование, направленность «Образование в области безопасности жизнедеятельности».

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Виды занятий	Семестр 9	Всего часов
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	14	14
Лекционные (ЛК)	6	6
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	8	8

Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	58	58
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
УК-8	УК-8.1. Знает: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний.	<p>Знать: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении экстремальных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской и психологической помощи; основы медицинских знаний.</p> <p>Уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской и психологической помощи и базовых медицинских знаний.</p> <p>Владеть: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской и психологической помощи; базовыми медицинскими</p>

	знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций мирного времени
--	---

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для заочной 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	Психофизиологические основы безопасности		17	1	2	0	14
2	2.1	Психологические проблемы опасных и экстремальных ситуаций		17	1	2	0	14
3	3.1	Психологические основы управления безопасностью в профессиональной деятельности		18	2	2	0	14
4	4.1	Психологическая помощь в экстремальных ситуациях		20	2	2	0	16
Итого				72	6	8	0	58

#### 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	Психофизиологические основы безопасности	<p>❑ Основные процессы и свойства, определяющие деятельность мозга ❑</p> <p>Психофизиологические основы адаптации и общий адаптационный синдром ❑ Ощущения и восприятия как основа адекватной адаптации к окружающему миру ❑</p> <p>Психофизиологические основы памяти и внимания ❑ Роль эмоций в деятельности человека ❑</p> <p>Психофизиологические причины, приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок ❑</p> <p>Психофизиологические особенности детей и формирование их безопасного поведения</p>	1
2	2.1	Психологические проблемы опасных и экстремальных ситуаций	<p>❑ Особенности личности и устойчивость к воздействию экстремальных факторов ❑</p> <p>Психологические состояния и поведение человека в экстремальных условиях ❑ Посттравматическое стрессовое расстройство ❑</p> <p>Психологические проблемы агрессивного поведения ❑ Поведение человека в условиях измененного сознания ❑ Основы психопатологии в контексте безопасности ❑</p> <p>Психофизиологические основы повышения безопасности</p>	1
3	3.1	Психологические основы управления безопасностью в профессиональной деятельности	<p>❑ Проблема безопасности человеческой деятельности в опасных профессиях ❑ Психологические условия повышения безопасности ❑</p> <p>Современные взгляды на психологическую подготовку к действиям в экстремальных ситуациях ❑ Стиль взаимодействия, как средство повышения безопасности и производственной деятельности ❑</p> <p>Методологические основы и современные подходы к анализу ошибочных действий ❑</p> <p>Анализ внутренних и внешних факторов, обуславливающих</p>	2

			ошибочные действия в опасных профессиях	
4	4.1	Психологическая помощь в экстремальных ситуациях	<p>☒ Экстренная психологическая помощь в ЧС ☒</p> <p>Психотерапевтические методы помощи людям в экстремальных ситуациях и в процессе реабилитации</p> <p>☒ Алгоритмы безопасного поведения</p>	2

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Психофизиологические основы безопасности	1. Нормативно-правовое обеспечение курса 2. Понятие психологическая безопасность, классификация и виды 3. Психология общения, социального поведения и человеческих отношений 4. Особенности формирования стрессов в чрезвычайных ситуациях	2
2	2.1	Психологические проблемы опасных и экстремальных ситуаций	1. Психологическая, физическая и социальная защита личности в современном мире 2. Психологические проблемы опасных и экстремальных ситуаций 3. Особенности личности и устойчивость к воздействию экстремальных факторов	2
3	3.1	Психологические основы управления безопасностью в профессиональной деятельности	1. Проблема безопасности человеческой деятельности в опасных профессиях 2. Психологические условия повышения безопасности 3. Современные взгляды на психологическую подготовку к действиям в экстремальных ситуациях	2
4	4.1	Психологическая помощь в экстремальных ситуациях	1. Психология общения и социального поведения 2. Большие группы и массовидные явления психики 3. Факторы, влияющие на формирование механизмов и стратегий поведения в период адаптации к изменившейся ситуации 4. Психологические состояния,	2

			определяющие особенности поведения в опасной ситуации 5. Личность безопасного типа	
--	--	--	---	--

### 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	1. Психология общения, социального поведения и человеческих отношений 2. Психологическая помощь в чрезвычайных, трудных, и экстремальных ситуациях 3. Психологические особенности реагирования в чрезвычайных ситуациях различной направленности 4. Ощущения и восприятия как основа адекватной адаптации к окружающему миру 5. Роль эмоций в деятельности человека 6. Психофизиологические причины, приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок 7. Психофизиологические особенности детей и формирование их безопасного поведения	- составление терминологической системы (словаря, глоссария, тезауруса по теме, проблеме); - анализ нормативных документов; - подготовка сообщений и докладов; - анализ нормативных документов; - подготовка электронных презентаций;	14
2	2.1	1. Проблематика психологической защиты в отечественной и	- подготовка электронных презентаций; - работа с электронными	14

		<p>зарубежной психологии</p> <p>2. Защитные установки на уровне межличностных отношений</p> <p>3. История становления учения о психологических защитах</p> <p>4. Феноменология психологической защиты</p> <p>5. Механизмы возникновения и развития стрессов в чрезвычайных ситуациях различного характера</p> <p>6. Психологическая помощь близким и людям, пострадавшим в чрезвычайных ситуациях</p> <p>7. Психологические состояния и поведение человека в экстремальных условиях</p> <p>8. Психологические проблемы агрессивного поведения</p> <p>9. Поведение человека в условиях измененного сознания</p> <p>10. Основы психопатологии в контексте безопасности</p> <p>11. Психофизиологические основы повышения безопасности</p>	<p>образовательными ресурсами;</p>	
3	3.1	<p>1. Объект и предмет конфликтологии</p> <p>2. Психология брачных отношений, причины семейных конфликтов</p> <p>3. Конфликт как тип трудных ситуаций</p> <p>4. Структура конфликтоустойчивости личности</p> <p>5. Основные способы разрешения противоречий в социальном взаимодействии</p> <p>6.</p>	<p>- подготовка электронных презентаций; - составление конспекта (опорный конспект, конспект-план, текстуальный конспект и т.п.);</p>	14



		<p>Классификация конфликтов 7. Причины возникновения конфликтов 8. Внутриличные конфликты 9. Семейные конфликты 10. Конфликты между социальными группами 11. Стиль взаимодействия как средство повышения безопасности в производственной и педагогической деятельности 12. Анализ внутренних и внешних факторов, обуславливающих ошибочные действия в опасных профессиях 13. Психологическая помощь близким и людям, пострадавшим в экстремальных ситуациях</p>		
4	4.1	<p>1. Адаптация поведения к стрессовой ситуации 2. Реакции человека на экстремальное событие 3. Суицидальный синдром. Причины возникновения и предупреждение его 4. Посттравматическое стрессовое расстройство Развитие критического мышления у студентов и подготовка к действиям в экстремальных условиях 5. Педагогические и психологические аспекты подготовки специалиста в системе обеспечения безопасности жизнедеятельности 6. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний,</p>	<p>- подготовка электронных презентаций; - работа с электронными образовательными ресурсами; - составление конспекта (опорный конспект, конспект-план, текстуальный конспект и т.п.);</p>	16

		<p>назначаемые несовершеннолетним 7. Воспитание культуры безопасности подростающего поколения, как одно из условий адаптации в современном мире</p>	
--	--	---	--

#### **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. 1. Ежевская, Т.И. Личностные ресурсы информационно-психологической безопасности / Т. И. Ежевская. - Иркутск : Вост.-Сиб. гос. акад. образования, 2011. - 183 с.

###### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. 1. Суворова, Галина Михайловна. Психологические основы безопасности : Учебник и практикум / Суворова Галина Михайловна; Суворова Г.М. - 2-е изд. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 162. Ссылка на ресурс: <http://www.biblio-online.ru/book/7A61A442-B035-4F19-866B-74650D4ED699> 2. Одинцова, Мария Антоновна. Психология экстремальных ситуаций : Учебник и практикум / Одинцова Мария Антоновна; Одинцова М.А., Самаль Е.В. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 303. Ссылка на ресурс: <http://www.biblio-online.ru/book/5E7A29AC-88FC-47C0-B76D-34FF52261C2D>

##### **5.2. Дополнительная литература**

###### **5.2.1. Печатные издания**

1. 1. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении : практич. руководство / под ред. И.А. Баевой. - Санкт-Петербург : Речь, 2006. - 288с. 2. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Вишняков Яков Дмитриевич [и др.]. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2008. - 304с. - 15 экз. 3. Организация и ведение гражданской обороны и защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера : учеб. пособие / М. И. Камышанский [и др.]; под ред. Г.Н. Кириллова. - 6-е изд., пересмотр. и доп. - Москва : ИРБ, 2010. - 536 . - 15 экз.

## 5.2.2. Издания из ЭБС

1.

## 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
ЭБС «Троицкий мост»	<a href="http://www.trmost.com">http://www.trmost.com</a>
ЭБС «Лань»	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
ЭБС «Юрайт»	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>
ЭБС «Консультант студента»	<a href="https://www.studentlibrary.ru/">https://www.studentlibrary.ru/</a>

## 6. Перечень программного обеспечения

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

Программное обеспечение специального назначения:

## 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, закрепленной 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, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## 8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Преподавание дисциплины должно осуществляться в тесной взаимосвязи с другими учебными предметами, раскрывая место учебной дисциплины в системе мировоззренческой и методологической подготовки и в структуре практической деятельности бакалавра.

Активно используя все формы учебной работы, преподаватели должны развивать у студентов логическую и коммуникативную культуру мышления, побуждать у них потребность самостоятельно добывать теоретические знания, активно изучать учебную, научную литературу, нормативно-правовую базу по дисциплине. Творчески применять теоретические знания к анализу современных социальных явлений и при изучении других учебных дисциплин.

Изучение каждой темы следует завершать выполнением практических заданий, тестированием, по соответствующим разделам и темам. Для обеспечения систематического контроля над процессом усвоения тем курса следует пользоваться перечнем контрольных вопросов для проверки знаний по дисциплине. На семинарских занятиях, которые проводятся по основным и наиболее сложным проблемам, преподаватели должны стремиться закрепить знания, полученные обучаемыми в ходе лекций.

Практические занятия проводятся по наиболее важным проблемам учебной дисциплины в целях более глубокого усвоения материала, изученного в ходе прослушивания лекций и проведения семинаров. Основное внимание на них должно быть уделено формированию навыков активизации теоретического знания в практические действия, формирования и развития твердых духовно-нравственных качеств в целях эффективного решения практических задач в ходе профессиональной деятельности.

Контроль компетенций в течение семестра проводится в форме устного опроса на практических занятиях и тестового контроля по теоретическому курсу дисциплины. На практических занятиях проверяется способность студентов анализировать теоретический материал и его применение в прикладных целях, навык представления самостоятельно освоенного материала. Тестовый контроль включает задания по теоретическому курсу лекций и практических занятий.

Самостоятельная работа обучаемых имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, подготовку к предстоящим занятиям и экзамен по дисциплине, а также формирование навыков умственного труда и самостоятельности в поиске и приобретении новых знаний по дисциплине. В часы самостоятельной работы преподаватели проводят консультации со студентами с целью оказания им помощи в самостоятельном изучении тем учебного курса.

Разработчик/группа разработчиков:  
Светлана Викторовна Шенделева

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.