

<p>Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор Дата подписания: 19.05.2025 23:01:41 Уникальный программный ключ (специальности) «Физическая культура» 04c19ed8bfb98f3b6cb77a686b9a8788b8322723</p>	<p>МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)</p>	<p>стр. 1</p>
--	--	---------------

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Основы экстремальной психологии

Направление подготовки (специальность)

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль)

Безопасность жизнедеятельности. Физическая культура

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очно-заочная

Год(ы) набора 2022

*Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Челябинск 2022 г.

**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки),
Безопасность жизнедеятельности. Физическая культура, дисциплина "Основы
экстремальной психологии", очно-заочная форма обучения, 2022 год набора**

Проректор по учебной работе утверждено 30.05.2022 В.Е. Федоров

Ученым советом института образования и практической психологии

Протокол заседания № 12 от 23.05.2022

Председатель Ученого совета
института образования и
практической психологии

согласовано

И.А. Трушина

Заседанием кафедры специальной и клинической психологии

Протокол заседания № 7 от 28.04.2022

Заведующий кафедрой

согласовано

С.А. Макаров

Автор (составитель)

А.А. Данилова

**Структура рабочей программы соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО
«ЧелГУ» от «13» апреля 2021 г. № 247-1**



Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
 - 6.1. Перечень видов оценочных средств
 - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
 - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
 - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
 - 7.1. Рекомендуемая литература
 - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
 - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями изучения дисциплины «Основы экстремальной психологии» является формирование: комплексного представления о системе научных понятий, прикладных научных исследований, посвященных изучению закономерностей функционирования психики человека в экстремальных условиях; умений планирования и оказания экстренной психологической помощи людям, оказавшимся в экстремальных ситуациях.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП: Б1.О.02.07

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Предварительно должны быть успешно освоены следующие дисциплины:

Организационная психология и организационное поведение

Психология безопасности

Безопасность жизнедеятельности

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Дисциплина "Основы экстремальной психологии" является предшествующей следующим дисциплинам:

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Основы экстренной психологической помощи

Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях

Психологическая подготовка сотрудников к деятельности в экстремальных ситуациях

Психология стресса и стрессоустойчивого поведения

Психология управления в экстремальных ситуациях служебной деятельности

Психология управления в экстренных ситуациях

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-2: Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

Знать:

Уметь:

Владеть:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	- разнообразие культур и основные принципы межкультурного взаимодействия;
3.1.2	- культурные и этические особенности среды;
3.1.3	- основы межкультурного взаимодействия;
3.1.4	- психологические методы консультирования сотрудников, работающих в особых условиях;
3.1.5	- основы конфликтологии;
3.1.6	- особенности организации и проведения индивидуальной профилактической и воспитательной работы с личным составом
3.2	Уметь:
3.2.1	- выстраивать межкультурные взаимодействия.
3.2.2	- анализировать и использовать в профессиональной деятельности культурные и этические особенности среды;
3.2.3	- применять межкультурное взаимодействие в решении профессиональных задач;
3.2.4	- оказывать психологическую помощь и поддержку сотрудникам после выполнения ими служебных задач в особых условиях;
3.2.5	- оказывать психологическую поддержку в межличностных конфликтах



Рабочая программа дисциплины "Основы экстремальной психологии" по направлению подготовки (специальности) "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю) Безопасность жизнедеятельности. Физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 4

3.2.6 - оказывать психологическое консультирование руководителей подразделений

3.3 Владеть:

3.3.1 - навыками межкультурного взаимодействия;

3.3.2 - навыками использования культурных и этических особенностей среды;

3.3.3 - навыками межкультурного взаимодействия;

3.3.4 - психологическими методами консультирования в особых условиях;

3.3.5 - методами психологической поддержки в конфликтных ситуациях;

3.3.6 - психологическими методами индивидуальной профилактической и воспитательной работы с личным составом

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость		3 ЗЕТ
Часов по учебному плану	: 108	Виды контроля в семестрах: зачеты 8
в том числе	:	
аудиторные занятия	: 24	
самостоятельная работа	: 84	

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Литература
	Раздел 1. Психология трудных жизненных и экстремальных ситуаций			
1.1	Научно-теоретические основы учений о кризисе и о стрессе. /Лек/	8	2	Л1.1 Л1.2Л2.7 Л2.2 Л2.8 Л2.9 Э1 Э2 Э4
1.2	Постравматическое стрессовое расстройство: теоретические и эмпирические модели стресса. /Лек/	8	2	Л1.1 Л1.2Л2.7 Л2.2 Л2.8 Л2.9 Э1 Э2 Э4
1.3	Структура стресса и стрессоры. /Лек/	8	2	Л1.1 Л1.2Л2.7 Л2.2 Л2.8 Л2.9 Э1 Э4
1.4	Научно-теоретические основы учений о кризисе. /Пр/	8	2	Л1.1 Л1.2Л2.7 Л2.2 Л2.8 Л2.9 Э1 Э2 Э4
1.5	Постравматическое стрессовое расстройство: теоретические и эмпирические модели стресса. /Пр/	8	2	Л1.1 Л1.2Л2.7 Л2.2 Л2.8 Л2.9 Э1 Э4
1.6	Проблема стресса в биологии и медицине. Классическая концепция стресса Г. Селье и ее развитие. Гормональные и физиологические проявления стресса. Особенности психологического стресса. Поведенческие признаки стресса. Интеллектуальные признаки стресса. Физиологические признаки стресса. Эмоциональные признаки стресса. /Ср/	8	24	Л1.1 Л2.2 Л1.2 Л1.1 Л1.1 Л1.1 Л1.1Л2.7 Л2.8 Л2.9 Э1 Э2 Э3 Э4
	Раздел 2. Технологии психодиагностики в экстремальной психологии.			
2.1	Особенности диагностики ПТСР /Лек/	8	2	Л1.2 Л1.3Л1.1 Л1.1 Л1.1 Э1 Э3 Э4
2.2	Психологическое сопровождение кризисных состояний /Лек/	8	4	Л1.2 Л1.3Л2.1 Л1.1 Л2.12 Э1 Э2 Э3 Э4



Рабочая программа дисциплины "Основы экстремальной психологии" по направлению подготовки (специальности) "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю) Безопасность жизнедеятельности. Физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»		стр. 5		
2.3	Особенности диагностики ПТСР. /Пр/	8	2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л1.1 Л1.1 Л1.1 Э1 Э3 Э4
2.4	Психологическое сопровождение кризисных состояний. /Пр/	8	4	Л1.2 Л1.1 Л1.3Л2.7 Л2.1 Л1.1 Л2.12 Э1 Э2 Э4
2.5	Объективные методы оценки уровня стресса. Субъективные методы оценки уровня стресса. Прогнозирование стресса и оценка стрессоустойчивости человека. Психосоматические заболевания Посттравматический синдром (ПТСР). Субъективные причины возникновения психологического стресса. Объективные причины возникновения психологического стресса. Каузальная классификация стрессоров и пути преодоления стрессоров различного типа. Общие закономерности профессиональных стрессов. Общий обзор способов саморегуляции психологического состояния во время стресса. Аутогенная тренировка как метод оптимизации уровня стресса. Дыхательные техники как метод оптимизации уровня стресса. Мышечная релаксация как метод оптимизации уровня стресса. Ауторациональная терапия как метод оптимизации уровня стресса. Нейтрализация стресса при помощи психотерапии. Виды психотерапии, применяемые для уменьшения уровня стресса. Устранение причин стресса путем совершенствования поведенческих навыков. Конфликты как источник стрессов. Совершенствование коммуникативных навыков. Деятельность психолога по диагностике и минимизации стресса у клиента. Деятельность психолога по диагностике и профилактике стресса в организации. /Ср/	8	24	Л1.1 Л2.1 Л2.2 Л1.2 Л1.1 Л1.3Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л1.1 Л2.10 Л1.1 Л1.1 Л2.11 Э1 Э2 Э3 Э4

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Перечень видов оценочных средств

Вопросы для собеседования
Рефераты
Вопросы к зачету

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

Вопросы для собеседования:

1. Причины страха, его проявления, способы преодоления.
2. Приемы, методики, психотехники преодоления тревоги, страха, паники, иных неблагоприятных для работы в экстремальных условиях состояний (с использованием практических результатов психологической работы в экстремальных условиях).
3. Разновидности посттравматических стрессовых расстройств и их профилактика.
4. Формы проявлений острых стрессовых расстройств в конкретных эмоционально значимых ситуациях, методы их диагностики и коррекции.
5. Последствия посттравматических стрессовых расстройств и способы их коррекции.
6. Проявление у людей благоприятных психических состояний для работы в экстремальных условиях как спонтанной способности и сознательно регулируемого устойчивого психического процесса.
7. Проявления состояний полной повышенной «включенности» работников в экстремальную ситуацию, причастности и «отстраненности» от ситуации на конкретном материале.
8. Приемы, формы и методики регуляции благоприятных психических состояний персонала для работы в экстремальных условиях {на примере конкретной группы, отряда, подразделения}.
9. Конкретные программы профессионально-психологической подготовки персонала для работы в экстремальных



условиях. Их особенность и преимущество.

Темы рефератов:

1. Особенности экстремальной психологии. Точки соприкосновения с другими науками и отличие от них.
2. Особенности экстремальных условий работы и их психологическое воздействие на персонал (на примере конкретной профессии).
3. Направления, формы и способы психологического обеспечения персонала в экстремальных условиях работы (на примере конкретной группы, отряда, подразделения).
4. Критерии психологической готовности персонала к работе в экстремальных условиях.
5. Формы и методы психологического отбора персонала для работы в экстремальных условиях (на примере конкретной группы, отряда, подразделения).
6. Особенности психологической диагностики кандидатов на работу в экстремальных условиях с учетом категории и профессии (специальности).
7. Критерии определения профессионально важных психологических качеств.
8. Отличие профессионально успешных специалистов от профессионально неуспешных (на примере конкретной группы, отряда, подразделения).
9. Диагностика профессионально непригодных кандидатов для работы в экстремальных условиях.
10. Особенность составления психологических заключений и психологических паспортов кандидатов по итогам их отбора для работы в экстремальных условиях (на примере конкретной группы, отряда, подразделения).
11. Проявление неблагоприятных для работы в экстремальных условиях психических состояний в процессе конкретной профессиональной деятельности (на примере конкретной группы, отряда, подразделения).
12. Ситуации опасности и формы рискованного поведения в экстремальных условиях.

6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Вопросы к зачету:

1. Дайте определения чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуаций. Какие бывают чрезвычайные ситуации?
2. Назовите группы субъектов экстремальной ситуации.
3. Дайте определение психологии экстремальных ситуаций. Что является предметом изучения психологии экстремальных ситуаций?
4. Понятие «стресс». Субсиндромы стресса. Виды стресса. Целесообразно ли разделение стресса на эмоциональный (психический) и физиологический (системный)?
5. Дайте определение понятию «стрессоустойчивость». Влияют ли личностные особенности стрессоустойчивости? человека на степень его
6. Механизмы психологической защиты. Способы совладания (копингстратегии).
7. Что такое острое стрессовое расстройство?
8. Какие реакции вызывает интенсивный стресс?
9. Перечислите основные правила оказания экстренной психологической помощи.
10. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при агрессии и при двигательном возбуждении.
11. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при страхе.
12. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при тревоге.
13. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при истерике.
14. В какой период времени после стрессового воздействия может быть оказана экстренная психологическая помощь?
15. Дайте определение экстренной психологической помощи. Назовите основные этапы организации экстренной психологической помощи при чрезвычайной ситуации.
16. Расскажите об основных этических принципах работы психолога в чрезвычайной ситуации. Охарактеризуйте своеобразие условий оказания экстренной психологической помощи.
17. Перечислите основные задачи, решаемые психологами при оказании экстренной психологической помощи в целом и на каждом этапе работы.
18. Психогении в экстремальных ситуациях. Феноменология, классификация, динамика.

6.4. Критерии оценивания

Оценка «зачтено» выставляется студенту, который усвоил предусмотренный программный материал; правильно, с приведением примеров, показал систематизированные знания по теме дисциплины, способен связать теорию с практикой, тему вопроса с другими темами данного курса, других изучаемых предметов.

Оценка «не зачтено» выставляется в следующих случаях:

1. Студент не справился с заданием, не может ответить на вопросы, предложенные преподавателем, не обладает целостным представлением об изучаемой теме и ее взаимосвязях.
2. Ответ на вопрос полностью отсутствует.



3. Отказ от ответа.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
ЛП.1	Бодров В. А.	Психологический стресс: развитие и преодоление: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86338)	Москва : ПЕР СЭ, 2006	ЭБС
ЛП.2	Козьяков Роман	Экстремальная психология: учебно-методический комплекс дисциплины: учебно-методический комплекс (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210575)	Москва : Директ -Медиа, 2013	ЭБС
ЛП.3	Шарапов А. О., Пчелкина Е. П., Логинова О. В.	Экстренная психологическая помощь: учебное пособие для вузов (https://urait.ru/bcode/495887)	Москва : Юрайт, 2022	ЭБС

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л2.1	Ридецкая О. Г.	Психологическое сопровождение профессиональной деятельности: хрестоматия (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117870)	Москва : Евразийский открытый институт, 2012	ЭБС
Л2.2	Виноградов В. В., Баранова А. А.	Стресс и патология: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=142422)	Минск : Белорусская наука, 2007	ЭБС
Л2.3	Зайцев А. П.	Чрезвычайные ситуации. Краткая характеристика и классификация: учебное пособие	Москва : Военные знания, 1998	
Л2.4	Каменская Е. Н.	Чрезвычайные ситуации социального характера: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493060)	Таганрог : Южный федеральный университет, 2016	ЭБС
Л2.5		Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера: предупреждение и ликвидация: материалы конференций (http://znanium.com/catalog/document?id=353770)	Железнодорожск : ФГБОУ ВО Сибирская пожарно- спасательная академия ГПС МЧС России, 2017	ЭБС
Л2.6	Каменская Е. Н.	Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=612216)	Ростов-на-Дону, Таганрог : Южный федеральный университет, 2020	ЭБС
Л2.7	Золотарева К. В.	Личностные детерминанты нервно-психической устойчивости у представителей стрессогенной профессии: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=87277)	Москва : Лаборатория книги, 2010	ЭБС
Л2.8	Тарабрина Н. В., Эдны Ф., Теренса М. М. К., Мэтью Ф.	Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства: сборник научных трудов (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=144942)	Москва : Когито -Центр, 2005	ЭБС
Л2.9	Тарабрина Н. В.	Практическое руководство по психологии посттравматического стресса: практическое руководство (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=145051)	Москва : Когито -Центр, 2007	ЭБС



	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л2.1 0	Ершова Д. А., Есаян М. Л., Макадей Л. И.	Экстренная психологическая помощь: курс лекций: курс лекций (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494695)	Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017	ЭБС
Л2.1 1	Красикова Ю.Ю., Лаврентьева И.В.	Психологическое сопровождение сотрудников уголовно-исполнительной системы на различных этапах прохождения службы: учебное пособие (http://znanium.com/catalog/document?id=374290)	Рязань : Академия ФСИН России, 2016	ЭБС
Л2.1 2	Красикова Ю.Ю., Лаврентьева И.В.	Психологическое сопровождение сотрудников уголовно-исполнительной системы на различных этапах прохождения службы: практическое пособие (http://znanium.com/catalog/document?id=374303)	Рязань : Академия ФСИН России, 2016	ЭБС

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : электронная библиотека http://elibrary.ru/defaultx.asp
Э2	Интернет-служба экстренной психологической помощи МЧС России http://psi.mchs.gov.ru .
Э3	BOOK.ru http://www.book.ru/extsearch?Name
Э4	ЭБС Лань [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система https://e.lanbook.com/

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

MS Office365

Adobe Reader

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Лекционные и семинарские занятия проводятся в учебной аудитории, оснащенной мультимедийным оборудованием, из расчета – на одну учебную группу – 15-20 мест.

Для самостоятельной работы может использоваться электронный читальный зал научной библиотеки ЧелГУ (аудитория 206), оснащенный персональными компьютерами, мультимедийной аппаратурой. В аудитории обеспечен доступ к различной справочной литературе, энциклопедиям, библиографическим и полнотекстовым базам данных, информационным ресурсам «Интернет».

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

– лекционная аудитория – мультимедийное оборудование, мобильный радиокласс (для студентов с нарушениями слуха); источники питания для индивидуальных технических средств;

– учебная аудитория для практических занятий (семинаров) – мультимедийное оборудование, мобильный радиокласс (для студентов с нарушениями слуха);

– учебная аудитория для самостоятельной работы – стандартные рабочие места с персональными компьютерами; рабочее место с персональным компьютером, с программой экранного доступа, программой экранного увеличения и брайлевским дисплеем для студентов с нарушениями зрения.

В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, должно быть предусмотрено соответствующее количество мест для обучающихся с учетом ограничений их здоровья.

В учебные аудитории должен быть обеспечен беспрепятственный доступ для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Перечень специальных технических средств обучения для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющихся в Региональном учебно-научном центре инклюзивного образования ЧелГУ:

– Тифлотехническая аудитория: тифлотехнические средства: брайлевский компьютер с дисплеем и принтером, тифлокомплекс «Читающая машина», телевизионное увеличивающее устройство, тифломагнитолы кассетные и цифровые диктофоны; специальное программное обеспечение: программа речевой навигации JAWS, речевые синтезаторы («говорящая мышь»), экранные лупы.



– Сурдотехническая аудитория: радиокласс “Сонет-Р”, программируемые слуховые аппараты индивидуального пользования с устройством задания режима работы на компьютере, интерактивная доска ActiveBoard с системой голосования, акустический усилитель и колонки, мультимедийный проектор, телевизор, видеомagneфон.

В случае применения при изучения дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий обучающемуся необходимо иметь доступ к компьютеру, ноутбуку, планшету, смартфону с программным обеспечением, позволяющим воспроизводить видеофайлы, аудиофайлы, презентации, просматривать изображения различных форматов, создавать текстовые файлы в формате Word, Powerpoint.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы экстремальной психологии» осуществляется на лекциях, практических занятиях и в процессе самостоятельной учебной деятельности студентов.

В процессе прослушивания и ведения лекционных записей особое внимание следует уделить знаниям, позволяющим приобрести умения и выработать навыки самостоятельной работы с учебной и научной литературой, подготовки к семинарам, зачётам и экзаменам.

Лекционный материал является важным, но не единственным для усвоения учебной дисциплины. Его обязательно необходимо дополнить материалом основной и дополнительной литературы по теме.

Обязательное направление учебной деятельности студента в рамках дисциплины – работа на практических занятиях.

Подготовка к любому практическому занятию включает в себя ряд этапов. Прежде всего, следует ознакомиться с планом занятия. Вторым этапом является изучение основной и дополнительной литературы, а также составление простого или сводного конспекта.

После изучения литературы и составления конспекта необходимо составить план ответа и продумать содержание выступления, примеры. Особое внимание следует уделять работе над содержанием понятий. Важно понимать логику автора понятия, искать расшифровку незнакомых терминов. По вопросам, которые вызывают трудности при изучении, можно получить индивидуальную или групповую консультацию у преподавателя.

Важным направлением учебной деятельности студентов является самостоятельная работа по предложенным вопросам. Внимательно ознакомьтесь с вопросами, которые предусматривают самостоятельное изучение. Затем следует найти источники информации по соответствующему вопросу, используя предложенный преподавателем список обязательной и дополнительной литературы, а также ресурсы сети Интернет. Во время чтения целесообразно осуществлять теоретический анализ текста: выделять главные мысли, находить аргументы, подтверждающие основные тезисы, а также иллюстрирующие их примеры и т.д. После этого можно приступить к выполнению задания (составление конспекта, заполнение таблицы, подготовка сообщения, анализ статистических данных, их интерпретация и др.). При этом важно помнить, что выполненное задание во всех случаях должно отражать основные выводы, к которым вы пришли в процессе самостоятельной учебной деятельности.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение данной дисциплины частично может быть осуществлено с помощью дистанционных образовательных технологий: программа Moodle; кейсовая технология; дистанционное (online) консультирование.

В случае применения при обучении электронного обучения, дистанционных технологий общения обучающихся и преподавателя осуществляется в режиме реального времени: онлайн-занятия в ИС Microsoft Teams, в том числе при помощи платформы для видеоконференцсвязи Zoom, отложенного времени: система дистанционного обучения Moodle, электронная почта и др.

Определенную часть времени обучающиеся самостоятельно работают с учебно-методическими материалами.

Обучающиеся имеют возможность консультироваться с преподавателем по всем вопросам, возникающим в ходе самостоятельной работы посредством электронной почты, социальных сетей и мессенджеров.

Доступ обучающегося к учебным ресурсам в режиме отложенного времени, самостоятельной работы осуществляется через сеть Интернет в удобном для него месте, времени и темпе.

10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и голо информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося.

1. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения: портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля с синтезатором речи «EIBraile-W14J G2»; ноутбуки с программной экранного доступа NVDA; электронные увеличители для удаленного просмотра; видеоувеличители портативные; тифлоплеер; цифровые диктофоны.

2. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями слуха: система свободного



звукового поля со встроенной совместимостью с FM-устройствами; радиоклассы «Сонет-PCM» с передатчиком, заушным индуктором и индукционной петлей; система информационная для слабослышащих переносная «Исток» А2 со встроенным плеером – звуковым информатором; документ-камера; программируемые слуховые аппараты индивидуального пользования.

3. Ассистивные информационные технологии: программное обеспечение экранного доступа с синтезом речи NVDA; программы экранного увеличения; программы речевого синтеза для компьютеров и ноутбуков; программы речевого синтеза для мобильных устройств; экранная клавиатура; экранная лупа.

При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации NVDA, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах, с помощью специальных технических и программных средств (рабочее место для незрячего пользователя с программным обеспечением экранного доступа с синтезом речи NVDA, рабочее место с компьютерным роллером и клавиатурой Clevy с большими кнопками и с разделяющей клавиши накладкой).

Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме шрифтом Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий (Moodle, Adobe Connect Pro и пр.).

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья используется индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации направлены на индивидуализацию обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

- а) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в письменной форме шрифтом Брайля, устно с использованием услуг сурдопереводчика);
- б) доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в печатной форме шрифтом Брайля, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);
- в) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ЧелГУ или могут использоваться собственные технические средства. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Рабочая программа дисциплины "Основы экстремальной психологии" по направлению подготовки
(специальности) "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю)
Безопасность жизнедеятельности. Физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 11

дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.
Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.