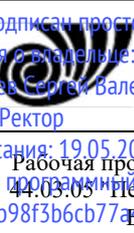


Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор Дата подписания: 19.05.2025 23:01:41 Уникальный идентификатор: 04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a8788b8723723	 МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)	Рабочая программа дисциплины "Стресс-менеджмент" по направлению подготовки (специальности) 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) направленности (профилю) Безопасность жизнедеятельности и физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»	стр. 1
---	---	--	--------

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Стресс-менеджмент

Направление подготовки (специальность)

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль)

Безопасность жизнедеятельности и физическая культура

Присваиваемая квалификация (степень)

бакалавр

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2023

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

Челябинск 2023 г.

Стресс-менеджмент
Направление подготовки (специальность)
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль)
Безопасность жизнедеятельности и физическая культура
Присваиваемая квалификация (степень)
бакалавр
Форма обучения
очная
Челябинск 2023 г.

Год(ы) набора 2023

Проректор по учебной работе утверждено 24.04.2023 В.Е. Федоров

Ученым советом института образования и практической психологии

Протокол заседания № 10 от 12.04.2023

Председатель Ученого совета
института образования и
практической психологии согласовано И.А. Трушина

Заседанием кафедры общей и профессиональной педагогики

Протокол заседания № 9 от 09.04.2023

Заведующий кафедрой согласовано С.А. Курносова

Автор (составитель) А. А. Корнеева

**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

Цель дисциплины: эффективно использовать в повседневной жизни различные способы стресс-менеджмента, сформировать у студентов системные представления о стрессе, его причинах, проявлениях и последствиях, а также умения проводить диагностику стресса и реализовывать психологические методы диагностики и коррекции стресса в прикладных условиях.
Задачи дисциплины:
1. Рассмотреть основные понятия психологии стресса;
2. Освоить методы психологической диагностики каждого из уровней системы жизнеобеспечения личности: психосоматических защит, психологических защит, стратегий совладания, высших личностных ресурсов;
3. Научиться методам саморегуляции и повышения защитно-адаптационного потенциала, методикам совладания.
Изучение дисциплины позволит студенту овладеть теоретическими и прикладными профессиональными знаниями, умениями и практическими навыками в области психологии и физиологии стресса современного общества. В ходе освоения дисциплины студенты приобретают навыки проводить профилактику стрессовых ситуаций, в том числе профессионального стресса и выгорания.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП:	ФТД.В.02
2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

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

УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

Знать:
методы эффективного планирования времени
Уметь:
планировать свою жизнедеятельность на период обучения в образовательной организации
Владеть:
приемами оценки и самооценки результатов деятельности по решению профессиональных задач

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Знать:
методы сохранения и укрепления здоровья
Уметь:
осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культурой и спортом
Владеть:
способами и средствами организации здорового образа жизни

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	психологии и физиологии стресса;



Рабочая программа дисциплины "Стресс-менеджмент" по направлению подготовки (специальности)
44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю)
Безопасность жизнедеятельности и физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 4

3.2 Уметь:

3.2.1 выявлять причины и проводить профилактику стрессовых ситуаций, в том числе профессионального стресса и выгорания;

3.2.2 применять техники преодоления негативных последствий, вызванных стрессовыми ситуациями;

3.3 Владеть:

3.3.1 владеть методами повышения стрессоустойчивости.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость	2 ЗЕТ
Часов по учебному плану : 72	Виды контроля в семестрах: зачеты 9
в том числе :	
аудиторные занятия : 12	
самостоятельная работа : 58,7	
контактная работа: 13,3 ИКР: 1,3	

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Литература
	Раздел 1. Стресс как психологическое и физиологическое состояние человека			
1.1	Стресс: определение, причины, факторы и симптомы. /Пр/	9	2	Л1.1 Л1.2 Л1.3
1.2	Стресс: определение, причины, факторы и симптомы. /Ср/	9	4,7	
1.3	Физиология стресса Стадии протекания стресса /Пр/	9	2	
1.4	Физиология стресса Стадии протекания стресса /Ср/	9	6	Л2.1 Л2.2
1.5	Стресс: причины, факторы и симптомы. Стадии протекания /Ср/	9	6	
1.6	Психологические защиты: определение, типологии и классификации /Пр/	9	2	Л3.1 Л3.2
	Раздел 2. Стресс-менеджмент. Профилактика стресса			
2.1	Стресс-менеджмент: теория и практика управления стрессам /Пр/	9	2	
2.2	Стресс-менеджмент: теория и практика управления стрессам /Ср/	9	6	
2.3	Профилактика профессионального стресса и эмоционального выгорания. /Пр/	9	2	
2.4	Профилактика профессионального стресса и эмоционального выгорания. /Ср/	9	7	
2.5	Методы профилактики стресса и эмоционального выгорания /Пр/	9	2	
2.6	Методы профилактики стресса и эмоционального выгорания /Ср/	9	6	
2.7	Профилактика стресса и эмоционального выгорания: работа с установками, осознание реальной значимости стресса, техники саморегуляции, медитативные техники, техники принятия неизбежного, нестрессовый стиль жизни. /Ср/	9	13	
2.8	Оценка стресс-факторов в профессиональной деятельности. /Ср/	9	5	
2.9	Теория и практика управления стрессами /Ср/	9	5	
	Раздел 3. Иная контактная работа			
3.1	Индивидуальные консультации. Текущий контроль /ИКР/	9	1,3	

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ



6.1. Перечень видов оценочных средств

Вопросы к зачёту
Тематика рефератов
Тематика контрольных работ

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

Примерные темы рефератов к самостоятельному изучению дисциплины

1. Понятие профессионального стресса
2. Преодоление стресса как ресурс развития профессионала
3. Управление стрессом в профессиональной деятельности
4. Современные технологии стресс-менеджмента в профессиональной деятельности
5. Личностные деформации стрессового типа
6. Гендерные различия в формировании проявлений профессионального стресса.
7. Особенности выбора стратегий совладающего поведения в трудных профессиональных ситуациях
8. Психологические технологии управления стрессом в организации
9. Влияние профессиональной мотивации на особенности формирования стрессовых состояний
10. Гендерные / возрастные особенности совладающего поведения

Тематика контрольных работ

1. Стресс: определение, причины, факторы и симптомы.
2. Стадии протекания стресса
3. Психологические защиты.
4. Стресс как результат дисбаланса между требованиями среды и ресурсами человека.
5. Профилактика стрессов в деловом общении.
7. Разработка коммуникационной стратегии туристского предприятия.
8. Организационные формы использования методов профилактики и управления стрессом в прикладных условиях.
10. Стратегии преодоления стресса (копинг-механизмы)

6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Вопросы к зачёту

1. Проблема стресса в жизни современного общества. Основные сферы изучения стресса в прикладных психологических исследованиях.
2. Стресс и адаптация. Уровни адаптации и формы проявлений дезадаптации на личностном и поведенческом уровнях.
3. Стресс и здоровье человека. Понятия «психическое здоровье», «профессиональное здоровье». Критерии оценки влияния стресса на здоровье человека.
4. История развития исследований стресса в физиологии и психологии. Основные этапы.
5. Классическая концепция стресса Г. Селье. Общий адаптационный синдром, основные закономерности проявлений и развития.
6. Физиологический и психологический стресс, различия в механизмах формирования. Основные синдромы проявлений стресса.
7. Комплексный подход к анализу проявлений стресса. Основные классы диагностических методов, примеры конкретных методик.
8. Основные современные подходы к изучению стресса. Сравнительная характеристика подходов.
9. Экологический подход к изучению стресса. Трактовка понятия стресс в рамках парадигмы соответствия «личность-среда» и методология исследований.
10. Когнитивная модель психологического стресса Р. Лазаруса. Субъективный образ проблемной ситуации и роль механизмов когнитивной оценки в формировании стрессовых реакций.
11. Стратегии преодоления стресса (копинг-механизмы). Индивидуальные стили «совладающего поведения» (модель С. Хобфолла).
12. Трансактный подход к изучению стресса. Модель Т. Кокса и возможности ее практического использования

6.4. Критерии оценивания

Оценка «зачтено» выставляется, если студент:

- раскрыл содержание материала в области, предусмотренной программой;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно использовал терминологию;
- показал умения иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами из практики;
- продемонстрировал усвоение изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость знаний.



Оценка «не зачтено» выставляется, если:

- не раскрыто основное содержание учебного методического материала;
- обнаружено незнание и непонимание студентом большей или наиболее важной части дисциплины;
- допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, в рисунках, чертежах, в использовании и применении наглядных пособий, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов преподавателя;
- допущены ошибки в освещении основополагающих вопросов дисциплины.

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

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л1.1	Данилов А. Б., Прищепа А. В.	ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ СТРЕСС-МЕНЕДЖМЕНТА В ЛЕЧЕНИИ ХРОНИЧЕСКОЙ ГОЛОВНОЙ БОЛИ: статья (https://znanium.com/catalog/document?id=137781)	Москва : ФГБНУ "НИИНФ им. П.К. Анохина", 2015	ЭБС
Л1.2	Водопьянова Н. Е.	Стресс-менеджмент: учебник для вузов (https://urait.ru/bcode/514353)	Москва : Юрайт, 2023	ЭБС
Л1.3	Караяни А. Г.	Психология боевого стресса и стресс-менеджмента: учебное пособие для вузов (https://urait.ru/bcode/519007)	Москва : Юрайт, 2023	ЭБС

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л2.1	Бодров В. А.	Психологический стресс: развитие и преодоление: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86338)	Москва : ПЕР СЭ, 2006	ЭБС
Л2.2	Стекачева А. Д.	Управление конфликтами и стрессами на предприятии: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=140857)	Москва : Лаборатория книги, 2012	ЭБС

7.1.3. Методические разработки

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л3.1	Журавлев А. Л., Сергиенко Е. А.	Стресс, выгорание, совладание в современном контексте: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86285)	Москва : Институт психологии РАН, 2011	ЭБС
Л3.2	Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С.	Психология управления персоналом. Психическое выгорание: учебное пособие для вузов (https://urait.ru/bcode/514352)	Москва : Юрайт, 2023	ЭБС

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Национальная электронная библиотека (НЭБ) : объединенный электронный каталог фондов российских библиотек : сайт. URL: http://нэб.рф .			
Э2	Министерство науки и высшего образования Российской Федерации : официальный сайт. URL: https://minobrnauki.gov.ru/ .			
Э3	ИНФОРМИО : электронный справочник [обеспечение всех типов образовательных учреждений нормативными, методическими, научно-практическими материалами]. – URL: http://www.informio.ru/ .			
Э4	Библиографические базы данных ИНИОН РАН : сайт. – URL: http://inion.ru/resources/bazy-dannykh-inion-ran/			

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

LMS Moodle

MS Office365

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы



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

Рабочая программа дисциплины "Стресс-менеджмент" по направлению подготовки (специальности)
44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю)
Безопасность жизнедеятельности и физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 7

1. eLIBRARY.RU : электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999 – . – Доступ к полным текстам после регистрации из сети ЧелГУ. – URL: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> (дата обращения: 30.07.2021). – Яз. рус., англ.
2. Архив научных журналов : база данных / Нац. электрон.-информ. консорциум (НП НЭИКОН). – Москва, [б. г.]. – Доступ к полным текстам из сети ЧелГУ : <http://arch.neicon.ru/xmlui/> (дата обращения: 30.07.2021).
3. ИНФОРМИО : электронный справочник [обеспечение всех типов образовательных учреждений нормативными, методическими, научно-практическими материалами]. – Москва, 2010. – Доступ из сети университета : <http://www.informio.ru/> (дата обращения: 30.07.2021).
4. КонсультантПлюс : [справочно-поисковая система]. – Доступ к системе из читальных залов библиотеки ЧелГУ.
5. Научная библиотека Челябинского государственного университета : [сайт] / Челяб. гос. ун-т. – Челябинск, [2001 –]. – Режим доступа: <http://www.lib.csu.ru/>, свободный (дата обращения: 30.07.2021).
6. Электронный каталог научной библиотеки ЧелГУ : база данных / Челяб. гос. ун-т. - Челябинск, 1992. - Режим доступа: <http://www.lib.csu.ru/zgate/scripts/zgate.exe?Init+ruslanl.xml,simple.xml+rus>, свободный (дата обращения: 30.07.2021).

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наличие помещений для самостоятельной работы с компьютерной техникой и с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации;

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

В ходе самостоятельной работы обучающиеся должны изучить теоретический материал по разделам дисциплины. Самостоятельная работа студентов направлена на приобретение навыков и умения работы с литературой и информацией, развитие способности самостоятельного и критического осмысления изучаемого материала, нестандартного мышления.

Основными видами самостоятельной работы студентов при изучении дисциплины «Стресс-менеджмент» являются:

- подготовка и выполнение практических работ;
- подготовка к текущему и итоговому контролю.

Методические указания по подготовке к практическим занятиям.

Практическое занятие включает следующие структурные элементы:

- инструктаж, проводимый преподавателем,
- самостоятельная деятельность обучающихся,
- анализ и оценка выполненных работ.

Выполнению практических занятий предшествует домашняя подготовка с использованием соответствующей литературы (учебники, лекции, методические пособия и указания и др.) и проверка знаний, обучающихся как критерий их теоретической готовности к выполнению задания.

Контроль и оценка результатов выполнения обучающимися практических заданий направлены на проверку освоения умений, практического опыта, развития общих и формирование универсальных компетенций, определенных программой учебной дисциплины. Для контроля и оценки результатов выполнения обучающимися заданий на практических занятиях используются такие формы и методы контроля, как наблюдение за работой обучающихся, анализ результатов наблюдения, оценка отчетов, оценка выполнения индивидуальных заданий, самооценка деятельности.

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 «EiBraille-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



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

Рабочая программа дисциплины "Стресс-менеджмент" по направлению подготовки (специальности)
44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю)
Безопасность жизнедеятельности и физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 9

средства. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется 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.