

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАМСКИЙ ИНЖЕНЕРНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(АНО ВО «КИТ Университет»)

УТВЕРЖДАЮ:

Ректор АНО ВО «КИТ Университет»

_____ д.т.н., профессор В.А. Никулин

_____ 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дисциплины «Психологическая устойчивость в ЧС»

Направление подготовки: 20.03.01 «Техносферная безопасность»

Профиль подготовки: «Защита в чрезвычайных ситуациях»

Степень выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная, очно-заочная, заочная

Ижевск 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Цели и задачи изучения дисциплины	4
2. Место дисциплины в структуре ООП	4
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)	5
4. Структура и содержание дисциплины (модуля)	6
4.1. Структура дисциплины	6
4.2. Матрица формируемых дисциплиной компетенций	8
4.3. Содержание разделов дисциплины (модуля)	9
4.4. Лабораторный практикум	10
4.5. Практические занятия	11
4.6. Содержание самостоятельной работы и формы ее контроля	12
5. Образовательные технологии	13
6. Оценочные средства	13
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	18
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)	18

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «Психологическая устойчивость в ЧС»

Целью освоения дисциплины (модуля) «Психофизиологические основы безопасности труда» является – помочь выработать идеологию безопасности, навыки конструктивного мышления и поведения с целью безопасно осуществлять свои жизненные и профессиональные функции.

Задачи дисциплины:

- 1) дать знания об основных нейрофизиологических процессах, психофизиологических состояниях и свойствах личности в норме и при различных экстремальных ситуациях;
- 2) показать возрастные и гендерные отличия психофизиологических качеств, определяющих безопасность жизнедеятельности;
- 3) показать психофизиологические механизмы адаптации организма к различным экстремальным и стрессовым ситуациям;
- 4) научить методам психофизиологической защиты в экстремальных ситуациях;
- 5) дать представления об основных психотерапевтических методах коррекции психо-эмоциональных и личностных расстройств.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП «Психологическая устойчивость в ЧС»

Дисциплина «Психологическая устойчивость в ЧС» включена в цикл Б.3 Профессиональный цикл (дисциплины по выбору ДБ.5)

Содержательно-логические связи дисциплины (модуля)

«Психологическая устойчивость в ЧС»

Код дисциплины (модуля)	Содержательно-логические связи	
	коды и название учебных дисциплин (модулей), практик	
	на которые опирается содержание данной учебной дисциплины (модуля)	для которых содержание данной учебной дисциплины (модуля) выступает опорой
Б3.Д В5	Б.1.Б.3 (Философия) Б.1.В.1 (Психология и педагогика) Б.2.В.1 (Физиология человека) Б.3.Б.8 (Медико-биологические основы жизнедеятельности) В.3.Б.9 (Безопасность жизнедеятельности) Б.3.ДВ4 (Физиология труда)	Б.3.Б.7 (Надзор и контроль в сфере безопасности) Б.3.В.4 (Производственная безопасность) Б.3.В.8 (Обеспечение безопасности в отрасли) Б.3.ДВ2 (Экспертиза условий труда и аттестация персонала)

3 КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) «Психологическая устойчивость в ЧС»

3.1 Перечень общекультурных (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций

Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
		Знать	Уметь	Владеть
ОК-4	Компетенция самосовершенствования (сознание необходимости, потребность и способность учиться)	Индивидуальные психологические особенности личности, методы самосознания, методы самосовершенствования, саморазвития	Слушать, управлять своими эмоциями, рефлексировать	Способностью к анализу и обобщению, методами самовоспитания
ОК-7	Владение культурой безопасности и риск-ориентированным мышлением, при котором вопросы безопасности и окружающей среды рассматриваются в качестве важнейших приоритетов в жизни	Основные элементы системы промышленной безопасности и их взаимосвязь, методы определения и анализа показателей системы промышленной безопасности, оценки ее результативности	Идентифицировать опасности, экологические аспекты, а также оценивать риски и значимость экологических аспектов и разрабатывать необходимые меры управления	Методами риск-ориентированного мышления
ОК-8	Способность работать самостоятельно	Индивидуальные особенности личности, успешно вести исследовательскую работу	Правильно владеть своим временем, уметь самостоятельно работать	Навыками самоконтроля
ОК-10	Способность к познавательной деятельности	Индивидуальные психологические особенности личности, особенности психических процессов, свои возрастные особенности, методы самовоспитания	Слушать, убеждать, высказывать свою точку зрения, не обидев собеседника, организовывать свою деятельность	Приемами самосовершенствования познавательных процессов
ОК-12	Способность к абстрактному и критическому мышлению, исследованию окружающей среды для выявления ее возможностей и ресурсов, способность к принятию нестандартных решений и разрешению проблемных ситуаций	Индивидуальные психические особенности личности, общие психологические клавиши, психологию принятия решений, элементы делового общения	Управлять своими эмоциями, располагать к себе собеседника, слушать	Культурой мышления, способностью к анализу и обобщению
ПК-10	Готовность к выполнению профессиональных функций при работе в коллективе	Индивидуальные психические особенности личности, общие правила обращения с людьми, законы и принципы управленческого общения	Слушать, убеждать, управлять своими эмоциями	Методами предотвращения конфликтов, правилами ведения дискуссии
ПК-11	Способность пропагандировать цели	Влияние антропогенных процессов в техносфере	Пропагандировать цели и задачи	Методами обеспечения безопасности человека

	и задачи обеспечения безопасности человека и природной среды в техносфере	на личность человека	обеспечения безопасности человека и природной среды	и природной среды в техносфере
ПК-12	Готовность использовать знания по организации охраны труда, охраны окружающей среды и безопасности в ЧС на объектах экономики	Охрану труда и окружающей среды при ЧС	Использовать знания по организации охраны труда, окружающей среды и безопасности в ЧС на объектах экономики	Методами и способами защиты людей и окружающей среды при ЧС на объектах экономики
ПК-13	Способность использовать знания организационных основ безопасности различных производственных процессов в ЧС	Организационные основы безопасности различных производственных процессов при ЧС	Использовать знания организационных основ безопасности	Методами организации безопасности различных производственных процессов в ЧС
ПК-16	Способность анализировать механизмы воздействия опасностей на человека, определять характер взаимодействия человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного действия вредных факторов	Методы экологического мониторинга, влияние вредных веществ, энергетического воздействия и вредных факторов на здоровье и психофизиологическое состояние человека	Определять характер взаимодействия человека с опасностями среды обитания, анализировать механизмы воздействия вредных веществ на психофизиологическое состояние человека	Методами снижения токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного действия вредных факторов на здоровье и эмоциональное состояние человека

4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) «Психологическая устойчивость в ЧС»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 часов, из них аудиторных 54, самостоятельных 54, лекционных 22, практических 32.

4.1 Структура дисциплины

№ п/п	Семестр	Недели семестра	Раздел дисциплины (модуля), темы раздела	Виды учебной работы, включая СРС и трудоемкость (в часах)						Форма: -текущего контроля успеваемости, СРС (по неделям семестра); -промежуточной аттестации (по семестрам) КРС
				Всего	Лекция	практические занятия	лаб. Занятия	семинары	СРС	
1	8	1	Модуль 1. Психофизиологические процессы адаптации организма к экстремальным	34	8	8			18	

			условиям							
	8	1	Биологические основы адаптации к экстремальным условиям среды.	8	2	2			4	
	8	2	Ощущения и восприятия как основа адекватной адаптации к окружающему миру	8	2	2			4	Экспресс-опрос на лекции
	8	3	Психофизиологические основы памяти и внимания	10	2	2			6	Экспресс-опрос на лекции
	8	4	Психофизиологические основы эмоций	8	2	2			4	Экспресс-опрос на лекции
2	8	5	Модуль 2. Психофизиологические свойства личности как основа безопасного поведения	30	6	6			18	
	8	5	Особенности личности и устойчивость к воздействию экстремальных факторов	10	2	2			6	Экспресс-опрос на лекции
	8	6	Психофизиологические причины, приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок	10	2	2			6	Экспресс-опрос на лекции
	8	7	Методы психологической подготовки детей к действию в чрезвычайных ситуациях	10	2	2			6	Экспресс-опрос на лекции
3	8	8	Модуль 3. Психофизиологические состояния человека, определяющие поведение при различных экстремальных ситуациях	24	8	8			8	
	8	8	Психофизиологическое состояние и поведение человека в экстремальных условиях	6	2	2			2	
	8	9	Агрессивное поведение и его проявления	6	2	2			2	Экспресс-опрос на лекции
	8	10	Психофизиологические основы повышения безопасности	6	2	2			2	
	8	11	Методы экстренной	6	2	2			2	Экспресс-опрос на

			психологической помощи в экстремальных ситуациях							лекции
	8	12-16	Проведение практических занятий и СРС	20	-	10			10	
Итого				108	22	32			54	Зачет

4.2 Матрица формируемых дисциплиной компетенций

Разделы и темы дисциплины	Кол-во часов	Компетенции (вместо цифр – шифр и номер компетенции из ФГОС ВПО)										общее количество компетенций
		ОК-4	ОК-7	ОК-8	ОК-10	ОК-12	ПК-10	ПК-11	ПК-12	ПК-13	ПК-16	
Модуль 1. Психофизиологические процессы адаптации организма к экстремальным условиям	34											
Биологические основы адаптации к экстремальным условиям среды.	8		+	+		+		+				4
Ощущения и восприятия как основа адекватной адаптации к окружающему миру	8		+	+				+				3
Психофизиологические основы памяти и внимания	10	+		+	+							3
Психофизиологические основы эмоций	8	+		+	+		+					4
Модуль 2. Психофизиологические свойства личности как основа безопасного поведения	30											
Особенности личности и устойчивость к воздействию экстремальных факторов	10	+	+	+		+		+	+	+	+	8
Психофизиологические причины, приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок	10		+	+			+			+		4
Методы психологической подготовки детей к действию в чрезвычайных ситуациях	10	+		+		+			+		+	5
Модуль 3. Психофизиологические состояния человека, определяющие поведение при различных экстремальных ситуациях	24											
Психофизиологическое состояние и поведение человека в экстремальных условиях	6	+		+	+	+		+	+	+	+	8
Агрессивное поведение и его проявления	6		+	+						+		3
Психофизиологические основы повышения безопасности	6		+	+					+			3
Методы экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях	6	+		+	+	+	+	+	+	+	+	9
Проведение практических занятий и СРС	20	+		+	+	+	+				+	6
Итого	108											10

4.3 Содержание разделов дисциплины (модуля)

№	Название раздела	Содержание раздела в дидактических единицах
Модуль 1. Психофизиологические процессы адаптации организма к экстремальным условиям		
1	Биологические основы адаптации к экстремальным условиям среды.	1 д.е. Понятие адаптация. Генотипическая и фенотипическая адаптация. Физиологические механизмы индивидуальных адаптаций. Краткосрочная и долгосрочная адаптация. Общий адаптационный синдром. Стресс. Акклиматизация. Пассивные и активные формы адаптации в экстремальных условиях внешней среды. Срыв адаптации. Компенсаторные механизмы незавершенных адаптаций. Адаптация и здоровье.
2	Ощущения и восприятия как основа адекватной адаптации к окружающему миру	2 д.е. Сенсорные системы, общий принцип их строения и функционирования. Кортикальная локализация центров сенсорных систем, их взаимосвязь. Механизм возникновения субъективных ощущений, значение для возникновения опасностей. Методы оценки зрительных, слуховых, тактильных, вкусовых и обонятельных ощущений и восприятий. Экстрасенсорное восприятие. Сенсорная изоляция. Роль тренировки в объективизации ощущений. Адаптация сенсорных систем как фактор опасности.
3	Психофизиологические основы памяти и внимания	3 д.е. Виды памяти. Механизм образования краткосрочной и долговременной памяти. Импринтинг. Латентное научение. Методы оценки слуховой, зрительной и тактильной памяти. Способы развития памяти. Нарушения памяти. Память как основа формирования поведения в экстремальных условиях. Внимание непроизвольное и произвольное, физиологическая основа. Структура внимания: объем, устойчивость, распределение, переключение. Возрастные особенности. Значение памяти и внимания для безопасной жизнедеятельности.
4	Психофизиологические основы эмоций	4 д.е. Лимбическая система как центральное звено в регуляции эмоций. Информационная теория эмоций (П.В. Симонов). Эмоции с позиции функциональных систем. Особенности эмоций у человека: низшие и высшие. Влияние эмоций на работоспособность, память, поведение, безопасность. Эмоции и здоровье человека. Способы регуляции эмоционального поведения. Роль эмоций в стрессорных ситуациях. Психотерапевтические методы воздействия для снятия стресса.
Модуль 2. Психофизиологические свойства личности как основа безопасного поведения		
7	Особенности личности и устойчивость к воздействию экстремальных факторов	5 д.е. Типологии личности (К. Юнг). Экстравертированность и интровертированность, рациональность (мыслительный и эмоциональный типы) и иррациональность (интуитивный и сенсорный типы). Эффективные сферы деятельности психологических типов. Черты личности: индивидуальные, кардинальные, глубинные, поверхностные. Основные факторы сущности личности: экстраверсия, доброжелательность, сознательность, нейротизм, открытость опыту. Теории личности: психоаналитическая (З. Фрейд), бихевиористская (Миллер и Доллард), гуманистическая (Маслоу, К. Роджерс). Методы оценки личности: интервью, оценочные шкалы, опросники, проективные тесты. Опросник Кэттелла для оценки глубинных черт (сущности) личности. Метод самооценки. Роль наследственности и среды в формировании личности.
8	Психофизиологические причины, приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок	6 д.е. Свойства нервной системы, способствующие опасному поведению: слабость, неуравновешенность, низкая подвижность нервных процессов, нарушения памяти, недостаточная концентрация, объем, распределение и переключение внимания, нарушения сенсомоторной координации, эмоциональная неустойчивость, утомление и переутомление нервной системы и т.д. Влияние личностных качеств на развитие опасных ситуаций. Нарушения мотивационных (недооценка опасности, склонность к риску, нарушение правил, психологические и эмоциональные состояния), и (или) исполнительских действий (несоответствие психологических и физиологических возможностей человека требованиям). Половые особенности, определяющие возникновение и ликвидацию опасностей.

9	Методы психологической подготовки детей к действию в чрезвычайных ситуациях	7 д.е. Методы психологической подготовки детей к действию в чрезвычайных ситуациях. Профилактика безопасности детей в условиях крупного города. Проблемы суицида у подростков. Первая помощь при стрессах, попытках суицида, психологических травмах. Профилактика и защита ребенка при нападении животных.
Модуль 3. Психофизиологические состояния человека, определяющие поведение при различных экстремальных ситуациях		
12	Психофизиологическое состояние и поведение человека в экстремальных условиях	8 д.е. Синдром полярного напряжения. Синдром психо-эмоционального напряжения. Болезни нарушенной адаптации (неврозы, депрессивные состояния, алкоголизм). Способы и методы коррекции. Телемедицина и другие технические средства помощи в экстремальных районах. Проблема фрустрации. Психогенные реакции. Депрессивные состояния. Тревожно-фобические состояния. Эмоциональная лабильность. Пограничные состояния. Психогении при островозникших жизнеопасных ситуациях. Профилактика психогений в экстремальных ситуациях. Виды паники и причины ее возникновения. Социально-ситуативные, психологические и физиологические условия возникновения массовой паники. Поведение человека в аварийных ситуациях: гипермобилизация, потеря ориентации, нарушение действий, обострение оборонительных реакций и отказ. Формирование психологической готовности людей (заблаговременной и ситуативной) к экстремальным ситуациям.
13	Агрессивное поведение и его проявления	9 д.е. Агрессия как поведение. Агрессия как причинение ущерба или нанесение оскорбления. Теории агрессии (инстинкт, побуждение или научение). Методы систематического изучения агрессии. Усвоение агрессивного поведения. Влияние когнитивных процессов на развитие агрессии. Модели семейного влияния. Вред, который могут причинять наказания. Агрессия и социальный статус. Антисоциальное поведение. Социальные, индивидуальные и внешние детерминаты агрессии. От фрустрации к агрессии. Посылы к агрессии. Месть как защита. Пол, раса, личность как объекты агрессии. Сексуальная агрессия. Влияние порнографии на агрессию. Агрессии, связанные со спортивными событиями. Превентивные меры и управление агрессией. Внешние факторы, способствующие агрессии. Формирование уверенности в себе как метод противодействия агрессии.
14	Психофизиологические основы повышения безопасности	10 д.е. Создание психологического настроя на безопасность: снижение уровня опасностей и повышение уровня индивидуальной защищенности. Воспитание безопасного поведения: одноканальные и двухканальные коммуникации. Методы воспитания безопасного мышления. Профессиональный отбор как один из методов повышения безопасности. Медицинский, социально-психологический, психофизиологический профессиональный отборы: принципы, задачи, методы. Методы оценки психофизиологических свойств нервной системы. Формирование социального поведения безопасности.
15	Методы экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях	11 д.е. Основные принципы и методы оказания экстренной психологической помощи. Понятие психотерапии. Виды: Гештальт-терапия, нейролингвистическое программирование, трансовые методы, суггестивная психотерапия: гипноз, внушение, аутотренинг, психосинтез, позитивная психотерапия, музыкотерапия, арттерапия, танцевально-двигательная терапия, телесно-ориентированная психотерапия. Освоение некоторых психотерапевтических методов.
	Проведение практических занятий и СРС	12 д.е. Сбор информации для самостоятельной работы, подготовка к практическим занятиям

4.4. Лабораторный практикум (не предусмотрен планом)

4.5 Практические занятия

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
1	Модуль 1. Психофизиологические процессы адаптации организма к экстремальным условиям		8
1	Биологические основы адаптации к экстремальным условиям среды.	Определение свойств, определяющих поведение в опасных ситуациях	2
2	Ощущения и восприятия как основа адекватной адаптации к окружающему миру	Методы исследования индивидуальных свойств личности	2
3	Психофизиологические основы памяти и внимания	Самооценка психических состояний (по Айзенку)	2
4	Психофизиологические основы эмоций	Определение вероятности развития стресса	2
5	Модуль 2. Психофизиологические свойства личности как основа безопасного поведения		6
5	Особенности личности и устойчивость к воздействию экстремальных факторов	Выявление иррациональных установок	2
6	Психофизиологические причины, приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок	Проведение тренинга in vivo	2
7	Методы психологической подготовки детей к действию в чрезвычайных ситуациях	Негативное и позитивное мышление	2
8	Модуль 3. Психофизиологические состояния человека, определяющие поведение при различных экстремальных ситуациях		8
8	Психофизиологическое состояние и поведение человека в экстремальных условиях	Определение стрессоустойчивости	2
9	Агрессивное поведение и его проявления	Психофизиологическая саморегуляция	2
10	Психофизиологические основы повышения безопасности	Центральная точка организма и ее возможности	2
11	Методы экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях	Техника мышечной релаксации	2
12	Проведение практических занятий		10
12	Управление стрессом: техники и методы саморегуляции	Ознакомление с техникой визуализации	2
13		Медитация	2
14		Техника самовнушения	2
15		Метод активной нервно-психической релаксации	2
16		Ознакомление с полным сеансом релаксации по методу И.Шульца	2

4.6 Содержание самостоятельной работы и формы ее контроля

№ п/п	Раздел дисциплины (модуля), темы раздела	Всего часов	Содержание самостоятельной работы	Форма контроля
1	Модуль 1. Психофизиологические процессы адаптации организма к экстремальным условиям			
1	Биологические основы адаптации к экстремальным условиям среды.	4	Работа с учебной литературой, подготовка к лекции	Экспресс-опрос на лекции
2	Ощущения и восприятия как основа адекватной адаптации к окружающему миру	4	Работа с учебной литературой, подготовка к лекции	Экспресс-опрос на лекции
3	Психофизиологические основы памяти и внимания	6	Работа с учебной литературой	Экспресс-опрос на лекции
4	Психофизиологические основы эмоций	4	Работа с учебной литературой.	Экспресс-опрос на лекции
5	Модуль 2. Психофизиологические свойства личности как основа безопасного поведения			
5	Особенности личности и устойчивость к воздействию экстремальных факторов	6	Работа с учебной литературой	Экспресс-опрос на лекции
6	Психофизиологические причины, приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок	6	Работа с учебной литературой. Подготовка материалов по курсовой работе	Экспресс-опрос на лекции
7	Методы психологической подготовки детей к действию в чрезвычайных ситуациях	6	Работа с учебной литературой, подготовка к тестированию	Экспресс-опрос на лекции
8	Модуль 3. Психофизиологические состояния человека, определяющие поведение при различных экстремальных ситуациях			
8	Психофизиологическое состояние и поведение человека в экстремальных условиях	2	Работа с учебной литературой.	Тестирование
9	Агрессивное поведение и его проявления	2	Работа с учебной литературой.	Экспресс-опрос на лекции
10	Психофизиологические основы повышения безопасности	2	Работа с учебной литературой.	Тестирование
11	Методы экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях	2	Работа с учебной литературой.	Экспресс-опрос на лекции
12	Самостоятельная работа студентов			
12	Теория функциональных систем как теоретическая основа психофизиологических реакций организма	2	Работа с учебной литературой.	Опрос на практических занятиях
13	Специфические особенности ВВД человека	2	Работа с учебной литературой.	Опрос на практических занятиях
14	Анализ поведения человека в условиях измененного сознания и методы противодействия	2	Работа с учебной литературой.	Опрос на практических занятиях
15	Психотерапевтические методы помощи при экстремальных ситуациях	2	Работа с учебной литературой.	Опрос на практических занятиях
16	Основы психопатологии в контексте безопасности	2	Работа с учебной литературой.	Опрос на практических занятиях
	Итого	54		Зачет

5 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

5 Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях

Семестр	Вид занятия (Л, ПР, ЛР)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Количество часов
	Л	Неимитационные технологии <i>лекция (проблемная, визуализация и др.)</i> , информационное обучение	22
	ПР	Увеличение доли практической работы студента (с акцентом на прикладную работу). Интеграция различных видов деятельности студентов: учебной, научной, практической. Создание условий, максимально приближенных к реальным.	32
Итого			54

Примеры интерактивных форм и методов проведения занятий:

1. На практических занятиях предусмотрено ознакомление студентов с психотерапевтическими методами (гештальт-терапия, телесно-ориентированная терапия, арт-терапия и т.д.)
2. Тренинг – использование тестированных заданий для промежуточного контроля знаний.

6 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Контроль знаний студентов по дисциплине «Психофизиологические основы безопасности труда» проводится в устной и письменной форме, предусматривает текущий, промежуточный и итоговый контроль (зачет, экзамен).

Методы контроля:

- тестовая форма контроля;
- устная форма контроля – опрос и общение с аудиторией по поставленной задаче в устной форме;
- решение определенных заданий (задач) по теме практического материала в конце практического занятия, в целях эффективности усвояемости материала на практике.
- использование ролевых игр (соревнований) по группам, внутри групп;
- поощрение индивидуальных заданий, в которых студент проработал самостоятельно большое количество дополнительных источников литературы.

Текущий контроль предусматривает устную форму опроса студентов и письменный экспресс-опрос по окончанию изучения каждой темы.

Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

№ п/п	№ семестра	Виды контроля и аттестации	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Оценочные средства	
				Форма	Кол-во вопросов в задании

		(ВК, ТАг, ПрАг)			
1.	5	ВК, ТАг	Модуль 1. Процессы адаптации организма к экстремальным условиям	Тестирование	Введение в предмет (4 вопроса)
2.	5	ТАг	Модуль 2 Психофизиологические свойства личности как основа безопасного поведения	Тестирование	8 вопросов
3.	5	ТАг	Модуль 3. Психофизиологические состояния человека, определяющие поведение при различных экстремальных ситуациях	Тестирование	8 вопросов
5.	5	ПРАТ		Зачет	

Примеры оценочных средств*:

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Введение в предмет

1. *Психофизиологические опасности возникают (отметьте неправильное утверждение):*

- а) из внутренней среды организма;
- б) при взаимодействии человека и техносферы;
- в) при взаимодействии человека и социальной среды;
- г) при осуществлении работы на производстве.

2. *Отметьте правильное утверждение:*

- а) если существует та или иная опасность, она обязательно будет реализована;
- б) опасности имеют вероятностный характер, могут существовать, но не реализовываться;
- в) если опасность существует, то вероятность ее возникновения одинакова повсеместно;
- г) все опасности находятся вне человека и воздействуют на него из внешней среды.

3. *Отметьте правильное утверждение:*

- а) реакция оцепенения в экстремальной ситуации зависит от сложности развивающихся событий;
- б) реакция оцепенения зависит от типа высшей нервной деятельности человека;
- в) реакция оцепенения развивается практически у всех людей, переживающих чрезвычайную ситуацию;
- г) развитие реакции оцепенения целиком определяется исходным самочувствием человека.

4. *Отметьте правильное утверждение:*

- а) паника это глубоко индивидуальная реакция на критическую ситуацию;
- б) паника может быть индивидуальной и коллективной;
- в) паника всегда возникает в очаге чрезвычайной ситуации;
- г) паника целиком и полностью зависит только от событий, составляющих основу ЧС.

Тема 1. Основные нервные процессы в коре больших полушарий мозга

1. *Запретельное торможение – это:*

- а) торможение, развивающееся в ответ на действие чрезвычайно сильного раздражителя;
- б) торможение всех нейронов центральной нервной системы;
- в) торможение максимально возможное;
- г) состояние сна.

2. *Основная характеристика возбуждения (как процесса, возникающего в возбудимых тканях) – это:*

- а) двигательное беспокойство;
- б) потенциал действия;
- в) бегство от опасности;
- г) речевая несдержанность.

3. *Иррадиация представляет собой:*

- а) распространение возбуждения или торможения;
- б) наведение одного процесса другим;
- в) локализацию возбуждения в ограниченном участке центральной нервной системы;
- г) постепенное снижение интенсивности возбуждения.

4. *Индукция представляет собой:*

- а) сосредоточение того или иного процесса в ограниченном участке мозга;
- б) распространение возбуждения;
- в) наведение одного процесса другим;
- г) распространение возбуждения или торможения.

5. *Условный рефлекс представляет собой:*

- а) врожденный механизм мозга;
- б) ответ, вырабатываемый в процессе онтогенеза на основе безусловного рефлекса;
- в) сознательно формируемый ответ на изменившиеся обстоятельства;
- г) периодически возникающую реакцию на изменение условий обитания.

6. *Слабый тип высшей нервной деятельности характеризуется:*

- а) повышенной раздражительностью;
- б) повышенной утомляемостью при выполнении монотонной работы;
- в) плохой ориентировкой в окружающем пространстве;
- г) отсутствием реакции на слабые раздражители.

7. *Безудержный тип – это:*

- а) меланхолик; б) флегматик;
- в) холерик; г) сангвиник.

8. *Функциональная асимметрия мозга определяется:*

- а) различием величины двух полушарий мозга;
- б) существенным различием особенностей работы того и другого полушария;
- в) повышенной работоспособностью левого полушария;
- г) пониженной работоспособностью левого полушария.

Тема 2. Ощущения и восприятия – основа связи человека с окружающим миром и его адаптации к изменяющимся условиям среды

1. *Отражение отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира – это:*

- а) восприятие; б) эмоция;
- в) ощущение; г) внимание.

2. *Установление причинно-следственных связей между предметами и явлениями окружающего мира – это:*

- а) память; б) воображение;
- в) представление; г) мышление.

3. *Отражение прошлого опыта в виде чувств, переживаний, мыслей, образов – это:*

- а) ассоциация; б) память;
- в) апперцепция; г) речь.

4. *Минимальная сила раздражителя, вызывающая ощущение – это:*

- а) абсолютный нижний порог ощущений;
- б) дифференциальный порог;
- в) абсолютный верхний порог;
- г) пространственный порог.

5. *Уменьшение чувствительности органов чувств под влиянием действующего раздражителя – это:*

- а) сенсбилизация; б) адаптация;
- в) синестезия; г) апперцепция.

6. *Увеличение чувствительности органов чувств под влиянием окружающей обстановки, существования реальной опасности и т.д. – это:*

- а) сенсбилизация; б) адаптация;
- в) апперцепция; г) реминисценция.

7. *Неправильное искаженное восприятие предмета или явления, действующего в данный момент на органы чувств – это:*

- а) галлюцинация; б) иллюзия;
- в) реминисценция; г) адаптация.

8. *Человек начинает носить контактные линзы, они ему очень мешают, но со временем он перестает их замечать. Причиной этого является:*

- а) адаптация; б) сенсбилизация;
- в) реминисценция; г) иллюзия.

Тема 3. Психофизиологические основы памяти и внимания

1. *Подберите подходящий синоним для термина инсайт:*

- а) внимание; б) интуиция;
- в) память; г) импринтинг.

2. *Объем кратковременной памяти составляет:*

- а) 20 блоков информации; б) 7–9 блоков;
- в) 3–4 блока; г) 20–40 блоков информации.

3. *Информация в третичной памяти хранится:*

- а) от 10 мин до часа; б) несколько лет;
- в) несколько суток; г) всю жизнь.

4. *Память не обладает свойством:*

- а) скоростью; б) прочностью;
- в) готовностью; г) точностью;
- д) релаксацией.

5. *Внимание полностью отсутствует при ритме на ЭЭГ:*

- а) альфа; б) бета;
- в) тета; г) дельта.

6. *Внимание не обладает свойством:*

- а) переключаемостью; б) устойчивостью;
- в) объемом; г) концентрацией;
- д) ригидностью; е) резистентностью.

Вопросы к зачету:

1. Биологические основы адаптации к экстремальным условиям среды.
2. Роль стресса в развитии общего адаптационного синдрома.
3. Психологические механизмы защиты от стрессовых воздействий.
4. Теория функциональных систем как теоретическая основа психофизиологических реакций организма. Роль П.К. Анохина.
5. Основные нервные процессы в коре больших полушарий – возбуждение и торможение и их характеристика: сила, подвижность, уравновешенность.
6. Понятие о низшей и высшей нервной деятельности. Характеристика безусловных и условных рефлексов, их классификация. Физиологическая основа поведения.
7. Виды торможения в коре больших полушарий, их роль в обеспечении адекватного поведения.
8. Ощущения и восприятия как основа адекватной адаптации к окружающему миру.
9. Психофизиологические основы памяти. Виды памяти. Значение для безопасного поведения.
10. Психофизиологические основы внимания. Виды внимания. Значение для безопасного поведения.
11. Психофизиологические основы эмоций. Теории эмоций. Способы регуляции эмоционального поведения.
12. Роль эмоций в стрессовых ситуациях. Эмоционально-личностные дизадаптации. Психотерапевтические методы коррекции эмоциональных состояний.
13. Специфические особенности ВНД человека. Сознание, критерии, признаки. Нейрофизиологические основы сознания.

14. Мышление, морфофизиологические основы. Виды мышления: конкретное и абстрактное. Значение для прогнозирования безопасности.
15. Типологические особенности ВНД. Классификация типов ВНД по свойствам нервных процессов. Особенности поведения людей с разными типами ВНД в экстремальных ситуациях.
16. Типологии личности (К. Юнг). Эффективные сферы деятельности психологических типов. Черты личности: индивидуальные, кардинальные, глубинные, поверхностные. Основные факторы сущности личности.
17. Теории личности: психоаналитическая, бихевиористская, гуманистическая. Методы оценки личности. Роль наследственности и среды в формировании личности.
18. Свойства нервной системы, способствующие опасному поведению. Влияние личностных качеств на развитие опасных ситуаций.
19. Половые особенности, определяющие возникновение и ликвидацию опасностей.
20. Психофизиологические и возрастные особенности мальчиков и девочек. Особенности реагирования детей на различные экстремальные ситуации.
21. Психологическая подготовка детей к действию в чрезвычайных ситуациях. Профилактика безопасности детей в условиях крупного города. Проблемы суицида у подростков.
22. Психофизиологическое состояние и поведение человека в экстремальных условиях. Болезни нарушенной адаптации (неврозы, депрессивные состояния, алкоголизм). Способы и методы коррекции.
23. Психогенные реакции, депрессивные состояния, тревожно-фобические состояния, пограничные состояния. Профилактика психогений в экстремальных ситуациях. Виды паники и причины ее возникновения.
24. Поведение человека в аварийных ситуациях. Формирование психологической готовности людей к экстремальным ситуациям.
25. Агрессия как поведение. Теории агрессии. Психофизиологические основы агрессивности человека.
26. Социальные, индивидуальные и внешние детерминаты агрессии. Превентивные меры и управление агрессией. Внешние факторы, способствующие агрессии.
27. Анализ поведения человека в условиях измененного сознания. Методы обеспечения безопасности в условиях измененного сознания.
28. Психофизиологические основы повышения безопасности. Методы воспитания безопасного мышления. Профессиональный отбор как один из методов повышения безопасности.
29. Психотерапевтические методы помощи людям в экстремальных ситуациях и в процессе реабилитации. Виды психотерапии, их сравнительный анализ.
30. Классификация психических расстройств. Основные факторы риска суицида и его предупреждение. Медико-социальная и психотерапевтическая помощь людям с нарушением психического здоровья.

**7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ
ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Психофизиологические основы безопасности труда»**

7.1 Основная литература

№ п/п	Наименование	Автор(ы)	Год и место издания	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
						в библиотеке	на кафедре
1	Физиологические основы психологии	Великанова Л.К.	Новосибирск: НГПУ, 2002	1,2,3 модули	8	-	-
2	Основы психологии поведения. Все тайны человека: Психологическая энциклопедия	Кун Д.	М.: Олма-Пресс, 2003.	1,2,3 модули	8	-	-
3	Психофизиология. Психологическая физиология с основами физиологической психологии	Николаева Е.И.	Новосибирск: Лада, 2001	1,2,3 модули	8	-	-
4	Экстремальные ситуации: Справочник практического психолога	Малкина-Пых И.Г.	М.: Эксмо, 2006.	3 модуль	8	-	-

7.2 Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Автор(ы)	Год и место издания	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
						в библиотеке	на кафедре
1	Агрессия	Бэрон Р., Ричардсон Д.	СПб.: Питер, 2000.	3 модуль	8	-	-

**8 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ
(МОДУЛЯ) «Психофизиологические основы безопасности труда»**

1. Для проведения лекционных занятий требуется ноутбук, мультимедийный проектор.

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Номер изменения	Номер листа			Дата внесения изменения	Дата введения изменения	Всего листов в документе	Подпись ответственного за внесение изменений
	измененного	нового	изъяттого				

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

№ пп	Наименование подразделения, должность	Ф.И.О. должностного лица	Подпись
1	Проректор по учебной работе	Акмаров П.Б.	
2	Начальник методического отдела		
3	Начальник учебного отдела	Антонова О.Г.	
4	Декан факультета, на котором ведется дисциплина	Максимов П.Л.	