

*Кафедра юриспруденции*

Рабочая программа дисциплины

**Психология стресса**

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <i>Направление подготовки</i>   | <u>Психология</u>                       |
| <i>Код</i>                      | <u>37.03.01</u>                         |
| <i>Направленность (профиль)</i> | <u>Психологическое консультирование</u> |
| <i>Квалификация выпускника</i>  | <u>бакалавр</u>                         |

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

| Компетенция  | Планируемые результаты обучения по дисциплине   |
|--|---|
| ПК-4<br>способность к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам | <b>Знать:</b><br>- основные психологические феномены, категории и методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиции, существующих в отечественной и зарубежной науке подходов, основные закономерности функционирования и развития психики, а также личностные, возрастные и социальные факторы, влияющие на это развитие.<br><b>Уметь:</b><br>- анализировать психологические теории, описывающие закономерности функционирования и развития психики, анализировать и сопоставлять психологические теории, описывающие влияние на функционирование и развитие психики возрастных факторов с ситуацией, возникающей в процессе профессиональной деятельности.<br><b>Владеть:</b><br>- методами анализа и выявления специфики функционирования и развития психики, позволяющими учитывать влияние возрастных этапов, кризисов развития, гендерных, этнических, личностных, социальных, профессиональных и других факторов, навыками применения психологических знаний в процессе решения практических профессиональных задач. |

**2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Психология стресса» является дисциплиной по выбору учебного плана ОПОП. Дисциплина находится в логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ОП и изучается параллельно с такими дисциплинами, как: «Психокоррекция», «Конфликтология», «Математические методы в психологии», «Социально-психологический тренинг», «Психодиагностика», «Возрастная психология и психология развития».

Освоение дисциплины «Психология стресса» является необходимой основой для изучения последующих дисциплин: «Психотерапия с практикумом», «Консультирование на телефоне доверия».

Изучение дисциплины позволит обучающимся реализовывать профессиональные компетенции в деятельности психолога.

В частности, выпускник, освоивший программу бакалавриата, в соответствии с выбранными видами деятельности, должен быть готов решать следующие профессиональные задачи:

- анализ психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп;
- предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, в функционировании людей с ограниченными возможностями, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности;
- выявление трудностей в обучении, нарушений и отклонений в психическом развитии, риска асоциального поведения, диагностика психических состояний, возникающих в процессе учебной и внеучебной деятельности;

- распространение информации о роли психологических факторов в поддержании и сохранении психического и физического здоровья, в процессах воспитания и образования, трудовой и организационной деятельности, коммуникации;

- формирование установок, направленных на гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, толерантности во взаимодействии с окружающим миром.

### 3. Объем дисциплины

| Виды учебной работы                       |  | Формы обучения |  |
|---|--|----------------|--|
|   |  | Заочная        |  |
| Общая трудоемкость: зачетные единицы/часы |  | 6/216          |  |
| Контактная работа:                        |  | 6              |  |
|   | Занятия лекционного типа                                       | 2              |  |
|   | Занятия семинарского типа                                      | 4              |  |
|   | Промежуточная аттестация:* Зачет / зачет с оценкой / экзамен / | 4              |  |
| Самостоятельная работа (СРС)              |  | 206            |  |

### 4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам / разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

#### 4.1 Распределение часов по разделам/темам и видам работы

##### 4.1.1 Заочная форма обучения

| № п/п | Раздел/тема   | Виды учебной работы (в часах) |                      |                           |          |                     |              | Самостоятельная работа |
|-------|---|-------------------------------|----------------------|---------------------------|----------|---------------------|--------------|------------------------|
|       |   | Контактная работа             |                      |                           |          |                     |              |                        |
|       |   | Занятия лекционного типа      |                      | Занятия семинарского типа |          |                     |              |                        |
|       |   | Лекции                        | Иные учебные занятия | Практические занятия      | Семинары | Лабораторные работы | Иные занятия |                        |
| 1.    | Стресс и проблемы адаптации личности к жизни в современном обществе                                 | 2                             |                      |                           |          |                     |              | 22                     |
| 2.    | Классическая теория стресса Г. Селье и возможности ее использования в психологических исследованиях |                               |                      |                           |          |                     |              | 22                     |
| 3.    | Поведенческие модели  |                               |                      |                           |          |                     |              | 22                     |

|    |  |     |  |   |  |  |  |     |
|----|--|-----|--|---|--|--|--|-----|
|    | изучения стресса   |     |  |   |  |  |  |     |
| 4. | Современные психологические подходы к изучению стресса                     |     |  |   |  |  |  | 22  |
| 5. | Стресс и экстремальные состояния   |     |  |   |  |  |  | 22  |
| 6. | Длительное переживание стресса и фиксируемые формы личностной дезадаптации |     |  |   |  |  |  | 22  |
| 7. | Комплексная методология оценки и коррекции психологического стресса        |     |  | 2 |  |  |  | 22  |
| 8. | Методы профилактики и коррекции стресса                                    |     |  | 2 |  |  |  | 28  |
|    | Всего  | 2   |  | 4 |  |  |  | 206 |
|    | Промежуточная аттестация   | 4   |  |   |  |  |  |     |
|    | Итого  | 216 |  |   |  |  |  |     |

#### 4.2 Программа дисциплины, структурированная по темам / разделам

##### 4.2.1 Содержание лекционного курса

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины                              | Содержание лекционного занятия  |
|-------|---|---|
| 1.    | Стресс и проблемы адаптации личности к жизни в современном обществе | Социально-экономические и медико-демографические аспекты изучения стресса в экономически развитых странах. Стресс и нарушения поведенческой адаптации. Стресс и надежность деятельности. Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья. Стресс и пограничные состояния. Болезни «стрессовой этиологии» и формы личностной дезадаптации. Критерии оценки негативных последствий стресса на индивидуальном и популяционном уровне. Основные сферы изучения стресса в современных психологических исследованиях. |

##### 4.2.2 Содержание практических занятий

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины | Содержание практического занятия |
|-------|--|----------------------------------|
|-------|--|----------------------------------|

|    |   |   |
|----|---|---|
| 7. | Комплексная методология оценки и коррекции психологического стресса | 1.Тестирование и проективные техники оценки уровня стресса<br>2.Субъективная оценки стрессового состояния<br>3.Оценка сензитивности к стрессу<br>4.Субъективный порог переживания стресса, как оценить.   |
| 8. | Методы профилактики и коррекции стресса                             | 1.Основные подходы к борьбе со стрессом: «объектная» и «субъектная» парадигмы. Общая классификация методов профилактики и коррекции стресса.<br>2. «Субъектная парадигма» –пассивный и активный субъект. Примеры методов непосредственного воздействия на состояние человека (фармакотерапия, культура питания, рефлексотерапия, функциональная музыка, суггестивные воздействия).<br>3. Методы психологической саморегуляции и управление стрессом: базовые техники и вспомогательные средства.<br>4. Оценка эффективности использования методов профилактики и коррекции стресса при проведении индивидуальных и групповых тренингов управления стрессом. |

#### 4.2.3.Содержание самостоятельной работы

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины  | Содержание самостоятельной работы   |
|-------|---|---|
| 1.    | Стресс и проблемы адаптации личности к жизни в современном обществе                                 | Социально-экономические и медико-демографические аспекты изучения стресса в экономически развитых странах. Стресс и нарушения поведенческой адаптации. Стресс и надежность деятельности. Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья. Стресс и пограничные состояния. Болезни «стрессовой этиологии» и формы личностной дезадаптации. Критерии оценки негативных последствий стресса на индивидуальном и популяционном уровне. Основные сферы изучения стресса в современных психологических исследованиях. |
| 2.    | Классическая теория стресса Г. Селье и возможности ее использования в психологических исследованиях | История развития концепций адаптации и гомеостатического регулирования жизнедеятельности организма в физиологии и психофизиологии. Понятие общего адаптационного синдрома, введенного Г. Селье. «Триада признаков» стресса, физиологические механизмы возникновения. Стадии развития стрессовых реакций по Г. Селье, уровни адаптации. Перестройка функциональных систем обеспечения деятельности на разных стадиях адаптации.  |

|    |  |   |
|----|--|---|
|    |  | Различие понятий «eu-stress» и «distress». Основные «уроки» классической теории Г. Селье и ее роль в развитии психологических концепций изучения стресса.   |
| 3. | Поведенческие модели изучения стресса                                      | Стресс и поведение человека. Дихотомические модели анализа стресса. Различение понятий стресса и стрессора. Зависимость успешности решения поведенческих задач от степени физиологической активации и напряженности деятельности. Комплексный подход к анализу проявлений стресса. Субсиндромы проявлений стресса: вегетативный, эмоционально-поведенческий, когнитивный, социально-психологический. Симптомокомплексы проявлений и их связь с успешностью поведенческой адаптации. Понятия физиологического и психологического стресса.  |
| 4. | Современные психологические подходы к изучению стресса                     | Экологический подход к изучению стресса. Трансактный подход к изучению стресса. Регуляторный подход к изучению стресса.   |
| 5. | Стресс и экстремальные состояния   | Понятия «экстремальные условия» и «экстремальность». Абсолютная и относительная экстремальность. Стресс-факторы абсолютного характера (стрессы среды обитания). Стресс-факторы опосредующего характера (новизна, сложность, значимость поведенческих задач). Стресс и психическая напряженность, операциональная и эмоциональная напряженность (по Н.И. Наенко). Синдромы состояний эмоциональной напряженности: тормозная, импульсивная и генерализованная формы. Роль индивидуальных различий в формировании состояний психической напряженности.   |
| 6. | Длительное переживание стресса и фиксируемые формы личностной дезадаптации | Стадии переживания критических жизненных ситуаций и выхода из них (модель М. Хоровитца). Временная динамика и психологическая характеристика основных стадий («шок», «отказ», «вторжение», «переживание», «выход»), возможные негативные последствия. Основные психологические составляющие синдрома хронического стресса (тревога, агрессия, депрессия, астения, соматизация вегетативной симптоматики стресса), механизмы фиксации в форме устойчивых личностных свойств и поведенческих факторов риска. Синдромы личностных и поведенческих деформаций стрессового типа: профессионально-личностные акцентуации, тип А поведения; синдром выгорания, синдром посттравматического стресса. Развитие пограничных невротических состояний как следствие интенсивного переживания стресса. |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 7. | Комплексная методология оценки и коррекции психологического стресса | Современные технологии управления стрессов (стресс-менеджмент) – от диагностики к интегральной оценке и коррекции. Трехуровневая модель интегральной оценки стресса. Реализация в форме экспертно-диагностических систем. Индивидуальный профиль стресса и подбор адекватных коррекционно-профилактических средств. Примеры прикладной реализации комплексной методологии стресс-менеджмента.   |
| 8. | Методы профилактики и коррекции стресса                             | Основные подходы к борьбе со стрессом: «объектная» и «субъектная» парадигмы. Общая классификация методов профилактики и коррекции стресса. Примеры методов устранения причин развития стресса – «объектная парадигма» (режимы труда и отдыха, time-management, формирование условий для «здорового образа жизни» и др.) «Субъектная парадигма» – пассивный и активный субъект. Примеры методов непосредственного воздействия на состояние человека (фармакотерапия, культура питания, рефлексотерапия, функциональная музыка, суггестивные воздействия). Методы психологической саморегуляции и управление стрессом: базовые техники и вспомогательные средства. Программы обучения навыкам психологической саморегуляции, примеры их использования в практических условиях. Оценка эффективности использования методов профилактики и коррекции стресса при проведении индивидуальных и групповых тренингов управления стрессом. |

## 5 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Предусмотрены следующие виды контроля качества освоения конкретной дисциплины:

- текущий контроль успеваемости
- промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен в **ПРИЛОЖЕНИИ** к РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины в процессе обучения.

### 5.1 Паспорт фонда оценочных средств для проведения текущей аттестации по дисциплине (модулю)

| № п/п | Контролируемые разделы (темы) | Код контролируемой компетенции | Наименование оценочного средства |
|-------|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|
|-------|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|

|    |   |      |  |
|----|---|------|--|
| 1. | Стресс и проблемы адаптации личности к жизни в современном обществе                                 | ПК-4 | Проблемные задачи, ситуационные задачи, тестирование |
| 2. | Классическая теория стресса Г. Селье и возможности ее использования в психологических исследованиях | ПК-4 | Проблемные задачи, ситуационные задачи, тестирование |
| 3. | Поведенческие модели изучения стресса   | ПК-4 | Проблемные задачи, ситуационные задачи, тестирование |
| 4. | Современные психологические подходы к изучению стресса  | ПК-4 | Проблемные задачи, ситуационные задачи, тестирование |
| 5. | Стресс и экстремальные состояния  | ПК-4 | Проблемные задачи, ситуационные задачи, тестирование |
| 6. | Длительное переживание стресса и фиксируемые формы личностной дезадаптации                          | ПК-4 | Проблемные задачи, ситуационные задачи, тестирование |
| 7. | Комплексная методология оценки и коррекции психологического стресса                                 | ПК-4 | Проблемные задачи, ситуационные задачи, тестирование |
| 8. | Методы профилактики и коррекции стресса   | ПК-4 | Проблемные задачи, ситуационные задачи, тестирование |

5.2 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Проблемные задачи

1. Обоснуйте роль стресса для понимания проблем современного общества.
2. Проведите анализ основных понятий, которые ввел Селье.
3. Проанализируйте, как проявляется стресс на поведенческом уровне.
4. Сделайте сравнительный анализ основных подходов к изучению стресса.
5. Опишите основные стресс-факторы.
6. В чем состоит основная опасность длительного переживания стресса?
7. Охарактеризуйте основные подходы к борьбе со стрессом.

ситуационные задачи

1. Проблема стресса в жизни современного человека.
2. Теории стресса: заблуждения и достижения.
3. Анализ подходов к изучению стресса.
4. Человек в экстремальных состояниях.



## 5. Острый и хронический стресс: причины и последствия.

### Типовые тесты

1. Феномен стресса открыл:
  - а). Павлов И.П.;
  - б). Фрейд З.;
  - в). Селье Г.;
  - г). Орбели Л.А.
  
2. Первоначально Селье Г. – основатель учения о стрессе рассматривал:
  - а). гормональные аспекты стресса;
  - б). биохимические аспекты стресса;
  - в). психологические аспекты стресса
  
3. Селье Г. выделял следующие стадии развития стресса:
  - а). стадия депрессии;
  - б). стадия тревоги;
  - в). стадия страха, фобий;
  - г). стадия резистентности (адаптации);
  - д). стадия фрустрации;
  - е). стадия истощения
  
4. Феномен неспецифической реакции организма в ответ на разнообразные повреждающие воздействия Селье Г. назвал:
  - а). стрессом;
  - б). эустрессом;
  - в). дистрессом
  
5. Полезным стрессом называется:
  - а). эустресс;
  - б). дистресс
  
6. Вредоносным стрессом называется:
  - а). эустресс;
  - б). дистресс
  
7. Если стресс-фактор продолжительное время воздействует на организм, то наступает стадия:
  - а). тревоги;
  - б). фобии;
  - в). страха;
  - г). депрессия;
  - д). адаптации
  
8. Длительное воздействие психологических стрессов, как правило, приводит к психосоматическим заболеваниям таким, как:
  - а). сердечно-сосудистая система (ишемическая болезнь);
  - б). язвенная болезнь желудка;
  - в). артериальная гипертония;
  - г). неспецифический колит
  
9. В психологии выделяют:

- а). эмоциональный стресс;
- б). когнитивный стресс;
- в). психологический стресс

10. Эмоциональный стресс присущ:

- а). животным;
- б). человеку;
- в). животным и человеку

#### **Ключи к тестовым заданиям:**

1 – в; 2 – а, б; 3 – б, г, е; 4 – а; 5 – а; 6 – б; 7 – а; 8 – а, б, г, е; 9 – а, в; 10 – в.

### 5.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Все задания, используемые для текущего контроля формирования компетенций условно можно разделить на две группы:

1. задания, которые в силу своих особенностей могут быть реализованы только в процессе обучения на занятиях (например, дискуссия, круглый стол, диспут, мини-конференция);
2. задания, которые дополняют теоретические вопросы (практические задания, проблемно-аналитические задания, тест).

Выполнение всех заданий является необходимым для формирования и контроля знаний, умений и навыков. Поэтому, в случае невыполнения заданий в процессе обучения, их необходимо «отработать» до зачета (экзамена). Вид заданий, которые необходимо выполнить для ликвидации «задолженности» определяется в индивидуальном порядке, с учетом причин невыполнения.

#### **1. Требование к решению ситуационной, проблемной задачи (кейс-измерители)**

Студент должен уметь выделить основные положения из текста задачи, которые требуют анализа и служат условиями решения. Исходя из поставленного вопроса в задаче, попытаться максимально точно определить проблему и соответственно решить ее.

Задачи должны решаться студентами письменно. При решении задач также важно правильно сформулировать и записать вопросы, начиная с более общих и, кончая частными.

*Критерии оценивания* – оценка учитывает методы и средства, использованные при решении ситуационной, проблемной задачи.

Оценка «*выполнено*» ставится в случае, если обучающийся показал положительные результаты в процессе решения задачи, а именно, когда обучающийся в целом выполнил задание (решил задачу), используя в полном объеме теоретические знания и практические навыки, полученные в процессе обучения.

Оценка «*не выполнено*» ставится, если обучающийся не выполнил все требования.

## **2. Тестирование**

Является одним из средств контроля знаний обучающихся по дисциплине.

*Критерии оценивания* – правильный ответ на вопрос

Оценка «отлично» ставится в случае, если правильно выполнено 90-100% заданий

Оценка «хорошо» ставится, если правильно выполнено 70-89% заданий

Оценка «удовлетворительно» ставится в случае, если правильно выполнено 50-69% заданий

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если правильно выполнено менее 50% заданий

## **6 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

### *6.1 Основная учебная литература*

1. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте [Электронный ресурс] / Е.А. Сергиенко [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Институт психологии РАН, 2011. — 512 с. — 978-5-9270-0222-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15651.html>

### *6.2 Дополнительная учебная литература:*

1. Чирков Ю.Г. Сказание о стрессе [Электронный ресурс] / Ю.Г. Чирков. — Электрон. текстовые данные. — М. : Академический Проект, 2015. — 447 с. — 978-5-8291-1662-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36774.html>

### *6.3 Периодические издания*

1. Вестник МГУ. Серия 14. Психология. ISSN: 0137-0936 <http://msupsyj.ru/>
2. Вопросы психологии. ISSN 0130-0096 <http://www.voppsy.ru/>
3. Вестник Московского городского педагогического университета. Серия Педагогика и психология. ISSN:2076-9121 <https://www.vestnik-mgou.ru/Series/Pedagogy>
4. Вестник Российского нового университета. Серия Проблемы социально-гуманитарных и психологических наук. ISSN: 1998-4618 <http://vestnik-rosnou.ru/>
5. Национальный психологический журнал МГУ. ISSN: 2079-6617 <http://npsyj.ru/>

## **7 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»: <http://school-collection.edu.ru/>
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks: <http://www.iprbookshop.ru/>

## **8 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

Успешное освоение данного курса базируется на рациональном сочетании нескольких видов учебной деятельности – лекций, семинарских занятий, самостоятельной работы. При этом самостоятельную работу следует рассматривать одним из главных звеньев

полноценного высшего образования, на которую отводится значительная часть учебного времени.

Все виды занятий проводятся в форме онлайн-вебинаров с использованием современных компьютерных технологий (наличие презентации и форума для обсуждения).

В процессе изучения дисциплины студенты выполняют практические задания и промежуточные тесты. Консультирование по изучаемым темам проводится в онлайн-режиме во время проведения вебинаров и на форуме для консультаций.

Самостоятельная работа студентов складывается из следующих составляющих:

- работа с основной и дополнительной литературой, с материалами интернета и конспектами лекций;
- выполнение самостоятельных практических работ;
- подготовка к экзаменам (зачетам) непосредственно перед ними.

Для правильной организации работы необходимо учитывать порядок изучения разделов курса, находящихся в строгой логической последовательности. Поэтому хорошее усвоение одной части дисциплины является предпосылкой для успешного перехода к следующей. Задания, проблемные вопросы, предложенные для изучения дисциплины, в том числе и для самостоятельного выполнения, носят междисциплинарный характер и базируются, прежде всего, на причинно-следственных связях между компонентами окружающего нас мира. Важным составляющим в изучении данного курса является решение ситуационных задач и работа над проблемно-аналитическими заданиями, что предполагает знание соответствующей научной терминологии и т.д. Для лучшего запоминания материала целесообразно использовать индивидуальные особенности и разные виды памяти: зрительную, слуховую, ассоциативную. Успешному запоминанию также способствует приведение ярких свидетельств и наглядных примеров. Учебный материал должен постоянно повторяться и закрепляться.

При выполнении практических заданий особое внимание следует обращать на подбор источников информации и методику работы с ними. Для успешной сдачи итогового теста рекомендуется соблюдать следующие правила:

1. Подготовка должна проводиться систематически, в течение всего семестра.
2. Интенсивная подготовка должна начаться не позднее, чем за месяц до тестирования.

**9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

1. Терминальный сервер, предоставляющий к нему доступ клиентам на базе Windows Server 2016
2. Семейство ОС Microsoft Windows
3. Libre Office свободно распространяемый офисный пакет с открытым исходным кодом
4. Информационно-справочная система: Система КонсультантПлюс (Информационный комплекс)
5. Информационно-правовое обеспечение Гарант: Электронный периодический справочник «Система ГАРАНТ» (ЭПС «Система ГАРАНТ»)
6. Антивирусная система NOD 32
7. Adobe Reader. Лицензия проприетарная свободно-распространяемая.
8. Электронная система дистанционного обучения АНОВО «Московский международный университет». <https://elearn.interun.ru/login/index.php>

**10. Описание материально-технической базы, необходимой для**

## **осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

1. компьютеры персональные для преподавателей с выходом в сети Интернет;
2. наушники;
3. вебкамеры;
4. колонки;
5. микрофоны.

### **11. Образовательные технологии, используемые при освоении дисциплины**

Для освоения дисциплины используются как традиционные формы занятий – лекции (типы лекций – установочная, вводная, текущая, заключительная, обзорная; виды лекций – проблемная, визуальная, лекция конференция, лекция консультация);

На учебных занятиях используются технические средства обучения мультимедийной аудитории: компьютер, монитор, колонки, настенный экран, проектор, микрофон, пакет программ Microsoft Office для демонстрации презентаций и медиафайлов, видеопроектор для демонстрации слайдов, видеосюжетов и др. Тестирование обучаемых может осуществляться с использованием компьютерного оборудования университета.

#### **11.1. В освоении учебной дисциплины используются следующие традиционные образовательные технологии:**

- чтение проблемно-информационных лекций с использованием доски и видеоматериалов;
- семинарские занятия для обсуждения, дискуссий и обмена мнениями;
- контрольные опросы;
- консультации;
- самостоятельная работа студентов с учебной литературой и первоисточниками;
- подготовка и обсуждение рефератов (проектов), презентаций (научно-исследовательская работа);
- тестирование по основным темам дисциплины.

#### **11.2. Активные и интерактивные методы и формы обучения**

Из перечня видов: (*«мозговой штурм», анализ НПА, анализ проблемных ситуаций, анализ конкретных ситуаций, инциденты, имитация коллективной профессиональной деятельности, разыгрывание ролей, творческая работа, связанная с освоением дисциплины, ролевая игра, круглый стол, диспут, беседа, дискуссия, мини-конференция и др.*) используются следующие:

- диспут
- анализ проблемных, творческих заданий, ситуационных задач
- ролевая игра;
- круглый стол;
- мини-конференция
- дискуссия
- беседа.

#### **11.3. Особенности обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)**

При организации обучения по дисциплине учитываются особенности организации взаимодействия с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее – инвалиды и лица с ОВЗ) с целью обеспечения их прав, разрабатываются адаптированные для инвалидов программы подготовки с учетом различных нозологий, виды и формы сопровождения обучения, используются специальные технические и программные средства обучения, дистанционные образовательные технологии, обеспечивается безбарьерная среда

и прочее.

Выбор методов обучения определяется содержанием обучения, уровнем методического и материально-технического обеспечения, особенностями восприятия учебной информации студентами-инвалидами и студентами с ограниченными возможностями здоровья и т.д. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение и дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.