

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)  
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования «Оренбургский государственный университет»  
(Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ)

Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры

**Рабочая программа**  
**ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.Д.В.5 Психологические основы безопасности»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки)

Безопасность жизнедеятельности

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

заочная

г. Орск 2024

2149896

Рабочая программа дисциплины «Б1.Д.В.5 Психологические основы безопасности» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры (ОГТИ)

наименование кафедры

протокол № 6 от "7" февраля 2024г.

Заведующий кафедрой

Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры (ОГТИ)

наименование кафедры



О.В. Даниленко

расшифровка подписи

Исполнители:

доцент

должность



подпись

Н.Г. Попрядухина

расшифровка подписи

должность

подпись

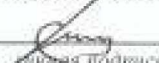
расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

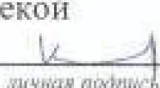
код наименование



С.М. Абрамов

расшифровка подписи


Заведующий библиотекой

  
личная подпись

М.В. Камышанова

расшифровка подписи

Начальник ОИТ

  
личная подпись

М.В. Сапрыкин

расшифровка подписи

© Попрядухина Н.Г., 2024  
© Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ, 2024

## 1 Цели и задачи освоения дисциплины

**Цель (цели)** освоения дисциплины: научить студента преодолевать последствия пребывания в чрезвычайной ситуации, а также восстановлению и поддержке психического здоровья людей, перенесших глубокую душевную травму.

### Задачи:

- формирование у студентов сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, а также психическому здоровью людей;
- привитие основополагающих знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации для психики человека, определять способы защиты от них;
- выработка навыков аналитического поведения в жизнеопасных и чрезвычайных ситуациях социального происхождения;
- привитие знаний, навыков безопасного поведения людей, а также сохранение их психического здоровья;
- формирование системы специальных знаний и навыков, ряда физических и психологических качеств личности, необходимых для ускоренной адаптации к условиям среды обитания, а также внутренней готовности к наиболее опасным видам деятельности.

## 2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к обязательным дисциплинам (модулям) вариативной части блока Д «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.25 Опасные ситуации социального характера и защита от них*

Постреквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.29 Основы обороны государства и военной службы*

## 3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
ПК*-2 Способен обеспечить педагогическое сопровождение достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения на основе учета индивидуальных особенностей обучающихся	ПК*-2-В-1 Знает место преподаваемого предмета в структуре учебной деятельности; возможности предмета по формированию УУД; специальные приемы вовлечения в учебную деятельность по предмету обучающихся с разными образовательными потребностями; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; методы и технологии поликультурного, дифференцированного и развивающего обучения ПК*-2-В-2 Умеет использовать и апробировать специальные подходы (в том числе психолого-педагогические) к обучению в целях включения в образовательный процесс всех категорий обучающихся: одаренные дети, социально уязвимые дети, дети, попавшие в трудные жизненные ситуации, дети-мигранты, дети-сироты, дети с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.), дети с ограниченными возможностями здоровья, дети с девиациями поведения, дети с зависимостью ПК*-2-В-3 Владеет навыками обучения и диагностики образовательных результатов с	<b>Знать:</b> - особенности трудных жизненных ситуаций; - методы и способы оказания психологической помощи в тяжелых и кризисных ситуациях; - признаки лиц, нуждающихся в психической помощи. <b>Уметь:</b> - оказывать экстренную психологическую помощь; - распознавать ситуации, являющимися опасными для психики человека; - характеризовать особенности поведения человека в трудных жизненных ситуациях. <b>Владеть:</b> - навыками безопасного поведения и сохранения психического здоровья в кризисных ситуациях.

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
	учетом специфики учебной дисциплины и реальных учебных возможностей всех категорий обучающихся; приемами оценки образовательных результатов: формируемых в преподаваемом предмете предметных и метапредметных компетенций, а также осуществлять (совместно с психологом) мониторинг личностных характеристик	

#### 4 Структура и содержание дисциплины

##### 4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	6 семестр	всего
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>Контактная работа:</b>	<b>22,25</b>	<b>22,25</b>
Лекции (Л)	10	10
Практические занятия (ПЗ)	12	12
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>85,75</b>	<b>85,75</b>
- самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий);	60	60
- подготовка к практическим занятиям;	20	20
- подготовка к рубежному контролю и т.п.)	5,75	5,75
<b>Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)</b>	<b>диф. зач.</b>	

##### Разделы дисциплины, изучаемые в 6 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Психологические характеристики человека, их значение для безопасного поведения человека.	13	1			12
2	Психологические особенности поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях разного типа.	17	1	2		14
3	Психологическая помощь пострадавшим.	16	2	2		12
4	Проблемы суицида у подростков.	14	2	2		10
5	Первая помощь при истериках, попытках суицида, тяжелых психологических травмах	16	2	2		12
6	Выявление учащихся и лиц, нуждающихся в психиатрической помощи.	14	2	2		10
7	Основы помощи лицам с психическими отклонениями.	14		2		12
	Итого:	108	10	12		86
	Всего:	108	10	12		86

##### 4.2 Содержание разделов дисциплины

###### 1. Психологические характеристики человека, их значение для безопасного поведения

**человека.** Личность безопасного типа, психологический и социальные аспекты. Типы жертв и виды виктимности: соотношение понятий. Непатологические и патологические психоэмоциональные состояния. Нарушения в целе-мотивационной сфере.

**2. Психологические особенности поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях разного типа.** Феноменология чрезвычайной ситуации: динамика психических состояний и поведения человека. Психо–физиологические реакции в экстремальных ситуациях. Техники поведения в трудных жизненных ситуациях.

**3. Психологическая помощь пострадавшим.** Общение психолога с человеком в кризисной ситуации. Базовые техники экстренной психологической помощи. Методы поведенческой психотерапии.

**4. Проблемы суицида у подростков.** Понятие суицид, как психологический кризис. Теории самоубийства (Э.Дюркгейм, З.Фрейд, А.Адлер, К.Юнг, Э.Шнейдман, Н.Фарбероу, А.Амбрумова). Факторы суицидального риска: социально – демографический, индивидуально – психологический, медицинские, природные. Индикаторы суицидального риска: ситуационные, поведенческие, коммуникативные, когнитивные, эмоциональные.

**5. Первая помощь при истериках, попытках суицида, тяжелых психологических травмах.** Посттравматическое стрессовое расстройство: модели и диагностика. Консультирование суицидальных клиентов. Консультирование уцелевших после самоубийства. Групповая кризисная психотерапия.

**6. Выявление учащихся и лиц, нуждающихся в психиатрической помощи.** Характеристика психических заболеваний (шизофренические расстройства, бредовые нарушения, депрессивные расстройства, расстройство личности с антиобщественными проявлениями). Преступники, страдающие психическими расстройствами, и уголовная ответственность.

**7. Основы помощи лицам с психическими отклонениями.** Экстренная психологическая помощь лицам с психическими отклонениями.

#### 4.3 Практические занятия (семинары)

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	2	Психофизиологические реакции в экстремальных ситуациях. Техники поведения в трудных жизненных ситуациях.	2
2	3	Базовые техники экстренной психологической помощи	2
3	4	Факторы и индикаторы суицидального риска у подростков.	2
4	5	Посттравматическое стрессовое расстройство. Кризисная психотерапия.	2
5	6	Поведенческие особенности лиц, нуждающихся в психиатрической помощи.	2
6	7	Психологическая помощь лицам с психическими отклонениями.	2
		Итого:	12

### 5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

#### 5.1 Основная литература

1. Ефимова, Н. С. Основы психологической безопасности [Текст] : учебное пособие для вузов по специальности 050104 "Безопасность жизнедеятельности" / Н. С. Ефимова. - Москва : Форум : ИНФРА-М, 2013. - 192 с. - (Высшее образование) - ISBN 978-5-8199-0415-2. (Коэффициент книгообеспеченности =0.5)
2. Айзман, Н. И. Психологические основы безопасности человека [Текст] : учебное пособие для вузов / Н. И. Айзман, Р. И. Айзман, С. М. Зиньковская. - Новосибирск : АРТА, 2011. - 272 с. - (Безопасность жизнедеятельности) - ISBN 978-5-902700-36-4. (Коэффициент книгообеспеченности =0.5)
3. Маслова, Л.Ф. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.Ф. Маслова ; ФГБОУ ВПО «Ставропольский государственный аграрный университет». - Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет, 2014. - 87 с. –

Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277462>

## 5.2 Дополнительная литература

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для учреждений сред. проф. образования / Э. А. Арустамов и др. - 14-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 176 с. - (Профессиональное образование) - ISBN 978-5-4468-1059-8. (Коэффициент книгообеспеченности =0.8)
2. Психологическая безопасность в мегаполисе [Электронный ресурс] / под ред. А.И. Ляшенко. - М. : Когито-Центр, 2011. - 208 с. – Режим доступа : <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=145018>
3. Никифоров, Л. Л. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Л. Л. Никифоров, В. В. Персиянов. – 4-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2022. – 492 с. : ил., табл., схем. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684399>

## 5.3 Периодические издания

1. Журнал ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ (Россия). Печатная версия архив 2008- 2010, 2014-2021г.
2. Журнал ОБЖ. Всё для учителя! (16+) архив2016г.
3. Журнал Психологический журнал (Россия) архив 2007-2020 г.

## 5.4 Интернет-ресурсы

### 5.4.1. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Oxford University Press - <http://archive.neicon.ru/> Доступ свободный
2. Научная библиотека - <http://niv.ru/> Доступ свободный
3. eLIBRARY.RU - [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru) Доступ свободный. Необходима индивидуальная регистрация в локальной сети вуза.
4. КиберЛенинка - <https://cyberleninka.ru/> Доступ свободный
5. Базы данных ИНИОН РАН - <http://inion.ru/resources/bazy-dannykh-inion-ran/> Доступ свободный

### 5.4.2. Тематические профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Фундаментальная электронная библиотека – <http://feb-web.ru/>
2. Международная Академия наук экологии и безопасности жизнедеятельности - <http://www.maneb.ru/>
3. АнтитеррорИнфо - <http://www.antiterror.ru/>
4. МЧС России - <https://www.mchs.gov.ru/>

### 5.4.3. Электронные библиотечные системы

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» – <http://www.biblioclub.ru/> После регистрации доступ возможен из любой точки сети Интернет.

ЭБС «Рукопт» <http://rucont.ru/> После регистрации доступ возможен из любой точки сети Интернет.

ЭБС Znanium.com <http://znanium.com/> После регистрации доступ возможен из любой точки сети Интернет.

### 5.4.4. Дополнительные Интернет-ресурсы

- <http://www.bezopasnost.edu66.ru> Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности.

- <http://www.spas-extreme.ru> Портал детской безопасности

- <http://chronicl.chat.ru/security.htm> Меры безопасности. Краткие рекомендации по поведению в экстремальной ситуации.

- [http://www.ssga.ru/AllMetodMaterial/metod\\_mat\\_for\\_ioot/metodichki/bgd/oglavlenie\\_1.html](http://www.ssga.ru/AllMetodMaterial/metod_mat_for_ioot/metodichki/bgd/oglavlenie_1.html)

Учебное пособие Теоретические основы курса «Безопасность жизнедеятельности».

- <http://www.maneb.spb.su> Международная Академия наук экологии и безопасности жизнедеятельности.

- <http://www.fnimb.org/obj2.htm> Институт безопасности жизнедеятельности и сфера общего образования

- <http://www.mchs.gov.ru>. [spasinfo@gmail.com](mailto:spasinfo@gmail.com) Электронная версия газеты «Спасатель МЧС». Возможность бесплатно скачать статьи из архива газеты.

### 5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Тип программного обеспечения	Наименование	Схема лицензирования, режим доступа
Операционная система	РЕД ОС «Стандартная» для Рабочих станций	Образовательная лицензия от 11.07.2022 г. на 3 года для 240 рабочих мест в рамках соглашения о сотрудничестве с ООО «Ред Софт» № 305/06-22У от 28.06.2022 г.
Альтернативная реализация среды исполнения программ Microsoft Windows для ОС на базе ядра Linux	WINE	Свободное ПО, <a href="https://wiki.winehq.org/Licensing">https://wiki.winehq.org/Licensing</a>
Офисный пакет	LibreOffice	Свободное ПО, <a href="https://libreoffice.org/download/license/">https://libreoffice.org/download/license/</a>
Интернет-браузер	Chromium	Свободное ПО, <a href="https://www.chromium.org/Home/">https://www.chromium.org/Home/</a>
Медиапроигрыватель	VLC	Свободное ПО, <a href="https://www.videolan.org/legal.html">https://www.videolan.org/legal.html</a>
Комплекс программ для создания тестов, организации онлайн тестирования и предоставления доступа к учебным материалам	SunRav WEB Class	Лицензионный сертификат от 12.02.2014 г., сетевой доступ через веб-браузер к корпоративному порталу <a href="http://sunrav.og-ti.ru/">http://sunrav.og-ti.ru/</a>
Информационно-правовая система	Консультант Плюс	Комплект для образовательных учреждений по договору № 337/12 от 04.10.2012 г., сетевой доступ

### 6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещения	Материально-техническое обеспечение
Учебные аудитории 2-408, 2-403: - для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, - для групповых и индивидуальных консультаций; - для текущего контроля и промежуточной аттестации	Учебная мебель, классная доска, мультимедийное оборудование (проектор, экран, ноутбук с выходом в сеть «Интернет»)
Помещение для самостоятельной работы обучающихся, для курсового проектирования (выполнения курсовых работ)- аудитория 1-314	Учебная мебель, компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ, программное обеспечение

Для проведения занятий лекционного типа используются следующие наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядные пособия:

- презентации к курсу лекций.