

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

*Исторический факультет*



**Рабочая программа дисциплины**

**Психосаморегуляция лиц в ОВЗ**

*(наименование дисциплины (модуля))*

Направление подготовки

**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**

*(шифр, название направления)*

Направленность (профиль) подготовки

**"История; обществознание"**

Квалификация выпускника

**бакалавр**

Форма обучения

**Очная/заочная**

**Год начала подготовки - 2021**

*(по учебному плану)*

Карачаевск, 2023

Программу составил(а): *к.п.н., ст. преп., Борлакова Л.М.*

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 №126, образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профиль – *История; обществознание*; локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры: Физического воспитания и общественного здоровья на 2023-2024 уч. год

Протокол № 10 от 20.06.2023 г.

Заведующий кафедрой  Каракотов А.К.

## Содержание

1. Наименование дисциплины(модуля) .....	4
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы .....	4
3. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП бакалавриата .....	6
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся .....	6
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	7
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) .....	12
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) .....	12
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля) .....	22
9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля) .....	22
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) .....	23
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем .....	26
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) .....	27
13. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья .....	28

## 1. Наименование дисциплины(модуля)

Психосаморегуляция лиц с ОВЗ

**Целью изучения дисциплины является:** Цели изучения дисциплины: формирование у студентов системных представлений о психологической саморегуляции, развитие умений и навыков по управлению стрессом на уровне отдельной личности, связанных с сохранением собственного психологического здоровья и развитием совладающего (копинг) поведения.

В ходе освоения дисциплины предполагается решение следующих **задач:**

**Для достижения цели ставятся задачи:**

- Формирование знаний о методах количественной и качественной оценки здоровья человека.
- раскрыть сущность основных понятий и классификацию методов саморегуляции;
- познакомить с этапами становления исследования саморегуляции;
- сформировать навыки сравнительного анализа особенностей саморегуляции, представленных различными теориями;
- изучить причины и источники возникновения стресса;
- показать закономерности проявлений и переживаний человека в обыденной жизни и экстремальных ситуациях;
- освоить психологические методы диагностики и приемы сопротивления стрессу, развить техники совладающего (копинг) поведения.

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

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ПОП/ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-6	Способен управлять своим	УК-6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению	<b>Знать:</b> - способы управления своим временем, выстраивания и

	<p>временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>	<p>целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития. УК-6.2.</p> <p>Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста. УК-6.3.</p> <p>Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами. УК-6.4.</p> <p>Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.</p>	<p>реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p><b>Уметь:</b> –управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p><b>Владеть:</b> – способами управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>
<b>ПК-2</b>	<p>Способен применять знания при реализации образовательного процесса</p>	<p>ПК-2.1. Формирует образовательную среду в целях достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучающихся в контексте реализации образовательного процесса; ПК-22.</p> <p>Планирует оказание индивидуальной помощи и поддержки обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей; ПК-2.3.</p> <p>Оценивает достижения обучающихся на основе</p>	<p><b>Знать:</b> - основы физиологии человека и рациональные условия деятельности последствия воздействия на человека травмирующих вредных и поражающих факторов; - принципы, правила и требования безопасного поведения и защиты в различных условиях и чрезвычайных ситуациях (ЧС);</p> <p><b>Уметь:</b> - эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; - оказывать первую помощь пострадавшим; - причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от опасных ситуаций;</p>

		<p>взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов (портфолио, профиль умений, дневник достижений и др.)</p>	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой и навыками оценки допустимого риска;</li> <li>- порядком и правилами оказания первой помощи пострадавшим.</li> <li>- использования средств и методов повышения безопасности и устойчивости технических средств и технологических процессов.</li> </ul>
--	--	---	--

### 3. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП бакалавриата

Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в рамках дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.02.02

Дисциплина (модуль) изучается на 5 курсе в 10 семестре.

<b>МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП</b>	
Индекс	Б1.В.ДВ.02.02
<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по обществознанию, основам здорового образа жизни, в объёме программы средней школы.	
<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
Дисциплина «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ» относится к вариативной части профессионального цикла дисциплин. Для освоения дисциплины «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные на предыдущей ступени обучения. Изучение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин	

### 4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 3 ЗЕТ, 108 академических часов.



				Лек	Пр.	Лаб			
			108	24	24	-	60		
	<b>5/10</b>	<b>Раздел 1. Введение в психологию саморегуляции.</b>	<b>28</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>16</b>		
1.	<b>5/10</b>	Тема 1. Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи дисциплины. Понятие стрессоустойчивости, психосаморегуляции. (лекция)	8	2	2	-	4	УК-6 ПК-2	Лекция-диалог,
2.	<b>5/10</b>	Тема 2. Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи дисциплины. Понятие здоровья и болезни. (Практическое занятие)	8	2	2	-	4	УК-6 ПК-2	Дискуссия
3.	<b>5/10</b>	Тема 3. Психосаморегуляция как один из адаптивных факторов к социуму у лиц с ОВЗ. (самостоятельно)	6	2	-	-	4	УК-6 ПК-2	Реферат
4.	<b>5/10</b>	Тема 4. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков с ОВЗ. Показатели здоровья. Группы здоровья детей. - (Практическое занятие)	6	-	2	-	4	УК-6 ПК-2	Работа в группах (обмен мнениями)
	<b>5/10</b>	<b>Раздел 2. Методы психосаморегуляции.</b>	<b>28</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>16</b>		
5.	<b>5/10</b>	Тема 1. Виды исследований психологического состояния отдельных групп лиц с ОВЗ. (лекция)	8	-	2	-	6	УК-6 ПК-2	Лекция-диалог,
6.	<b>5/10</b>	Тема 2. Виды методов психосаморегуляции и их эффективность у лиц с ОВЗ. (Практическое занятие)	8	2	-	-	6	УК-6 ПК-2	Работа в группах («мозговой штурм»)
7.	<b>5/10</b>	Тема 3. Анализ отдельных методов психосаморегуляции у лиц с ОВЗ. (самостоятельно)	6	2	2	-	2	УК-6 ПК-2	Метод презентация



8.	5/10	Тема 4. Аутотренинг как наиболее эффективный и доступный метод психосаморегуляции у лиц с ОВЗ. (Практическое занятие)	6	2	2	-	2	УК-6 ПК-2	Блиц-опрос
	5/10	<b>Раздел 3. Стресс и стрессоустойчивость у лиц с ОВЗ</b>	<b>26</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	-	<b>14</b>		
9.	5/10	Тема 1. Стресс и проблемы адаптации к жизни у лиц с ОВЗ в социуме. (лекция)	8	2	-	-	6	УК-6 ПК-2	Лекция
10.	5/10	Тема 2. Стратегия поведения при стрессе у лиц с ОВЗ. (самостоятельно)	6	-	2	-	4	УК-6 ПК-2	Доклад
11.	5/10	Тема 3. Развитие стрессоустойчивого поведения у лиц с ОВЗ (лекция)	6	2	2	-	2	УК-6 ПК-2	Лекция-диалог,
12.	5/10	Тема 4. Психосаморегуляция при стрессовых состояниях у лиц с ОВЗ. (Практическое занятие)	6	2	2	-	2	УК-6 ПК-2	направляемая дискуссия
13.	5/10	<b>Раздел 4. Психосаморегуляция и развитие стрессоустойчивого поведения у лиц с ОВЗ.</b>	<b>26</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	-	<b>14</b>		
14.	5/10	Тема 1. Самомониторинг как один из эффективных стрессоустойчивых методов психосаморегуляции. (лекция)	14	2	4	-	8	УК-6 ПК-2	Лекция
15.	5/10	Тема 2. Приспособление как один их стрессоустойчивых методов психосаморегуляции у лиц с ОВЗ. (самостоятельно)	12	4	2	-	6	УК-6 ПК-2	Устный опрос

#### Для заочной формы обучения

№ п/п	Курс / семестр	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)
-------	----------------	-------------------------	------------------------------	---

			всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. Раб.	Планируемые результаты	Формы текущего контроля
				Лек	Пр.	Лаб			
						108	4	4	-
	<b>5/10</b>	<b>Раздел 1. Введение в психологию саморегуляции.</b>	<b>28</b>	-	-	-	<b>28</b>		
16.	<b>5/10</b>	Тема 1. Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи дисциплины. Понятие стрессоустойчивости, психосаморегуляции. (лекция)	8	-	-	-	8	УК-6 ПК-2	Лекция-диалог,
17.	<b>5/10</b>	Тема 2. Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи дисциплины. Понятие здоровья и болезни. (Практическое занятие)	8	-	-	-	8	УК-6 ПК-2	Дискуссия
18.	<b>5/10</b>	Тема 3. Психосаморегуляция как один из адаптивных факторов к социуму у лиц с ОВЗ. (самостоятельно)	6	-	-	-	6	УК-6 ПК-2	Реферат
19.	<b>5/10</b>	Тема 4. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков с ОВЗ. Показатели здоровья. Группы здоровья детей. - (Практическое занятие)	6	-	-	-	6	УК-6 ПК-2	Работа в группах (обмен мнениями)
	<b>5/10</b>	<b>Раздел 2. Методы психосаморегуляции.</b>	<b>28</b>	-	<b>2</b>	-	<b>26</b>		
20.	<b>5/10</b>	Тема 1. Виды исследований психологического состояния отдельных групп лиц с ОВЗ. (лекция)	8	-	2	-	6	УК-6 ПК-2	Лекция-диалог,
21.	<b>5/10</b>	Тема 2. Виды методов психосаморегуляции и их эффективность у лиц с ОВЗ. (Практическое занятие)	8	-	-	-	8	УК-6 ПК-2	Работа в группах («мозговой штурм»)
22.	<b>5/10</b>	Тема 3. Анализ отдельных методов психосаморегуляции у лиц с ОВЗ. (самостоятельно)	6	-	-	-	6	УК-6 ПК-2	Метод презентация

23.	5/10	Тема 4. Аутотренинг как наиболее эффективный и доступный метод психосаморегуляции у лиц с ОВЗ. (Практическое занятие)	6	-	-	-	6	УК-6 ПК-2	Блиц-опрос
	5/10	<b>Раздел 3. Стресс и стрессоустойчивость у лиц с ОВЗ</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>22</b>		
24.	5/10	Тема 1. Стресс и проблемы адаптации к жизни у лиц с ОВЗ в социуме. (лекция)	8	-	-	-	8	УК-6 ПК-2	Лекция
25.	5/10	Тема 2. Стратегия поведения при стрессе у лиц с ОВЗ. (самостоятельно)	6	-	2	-	4	УК-6 ПК-2	Доклад
26.	5/10	Тема 3. Развитие стрессоустойчивого поведения у лиц с ОВЗ (лекция)	6	2	-	-	4	УК-6 ПК-2	Лекция-диалог,
27.	5/10	Тема 4. Психосаморегуляция при стрессовых состояниях у лиц с ОВЗ. (Практическое занятие)	6	-	-	-	6	УК-6 ПК-2	направляемая дискуссия
28.	5/10	<b>Раздел 4. Психосаморегуляция и развитие стрессоустойчивого поведения у лиц с ОВЗ.</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>20</b>		
29.	5/10	Тема 1. Самомониторинг как один из эффективных стрессоустойчивых методов психосаморегуляции. (лекция)	10	2	-	-	8	УК-6 ПК-2	Лекция
30.	5/10	Тема 2. Приспособление как один их стрессоустойчивых методов психосаморегуляции у лиц с ОВЗ. (самостоятельно)	12	-	-	-	12	УК-6 ПК-2	Устный опрос
<b>Контроль самостоятельной работы:</b>			<b>4</b>						

№ темы	Содержание самостоятельной работы обучающихся	Количество часов
1.	<b>Раздел 1. Введение в психологию саморегуляции.</b>	16
2.	<b>Раздел 2. Методы психосаморегуляции.</b>	16
3.	<b>Раздел 3. Стресс и стрессоустойчивость у лиц с ОВЗ</b>	14
4.	<b>Раздел 4. Психосаморегуляция и развитие стрессоустойчивого поведения у лиц с ОВЗ.</b>	14

**6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

1. Нестерова, О. В. Управление стрессами : учеб. пособие / О. В. Нестерова.– М. : Московский финансово-промышленный университет «Синергия»,2012. – (Университетская серия). – URL: <http://znanium.com>
2. Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции : учеб. пособие / Ю. В. Щербатых. – СПб. : Питер, 2012.
3. Фланненс, С. В. Методы адаптации к стрессу [Электронный ресурс] /С. В. Фланненс. – URL: [www.elitarium.ru/2007/10/16/metody\\_adaptacii\\_k\\_stressu.html](http://www.elitarium.ru/2007/10/16/metody_adaptacii_k_stressu.html)

**7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

**7.1.Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы**

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
<b>УК-6</b>					
<b>Базовый</b>	<b>Знать:</b> - способы управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Не знает -способы управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	В целом знает - способы управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Знает - - способы управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	
	<b>Уметь:</b> -управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Не умеет – управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	В целом умеет – управлять своим временем, – выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в	Умеет – управлять своим временем, – выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в – течение всей жизни	

			– течение всей жизни		
	<b>Владеть:</b> способами управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Не владеет способами управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	В целом владеет способами управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Владеет способами управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	
<b>Повыш енный</b>	<b>Знать:</b> - способы управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни				В полной мере Знать: - способы управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
	<b>Уметь:</b> – управлять своим временем, – выстраивать и реализовывать – траекторию саморазвития на – основе принципов образования в – течение всей жизни				

	<b>Владеть:</b> способами управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни				В полной мере владеет: способами управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
--	--	--	--	--	--

**ПК-2**

<b>Базовый</b>	<b>Знать:</b> - основы физиологии человека и рациональные условия деятельности последствия воздействия на человека травмирующих вредных и поражающих факторов; - принципы, правила и требования безопасного поведения и защиты в различных условиях и чрезвычайных ситуациях (ЧС);	Не знает - основы физиологии человека и рациональные условия деятельности последствия воздействия на человека травмирующих вредных и поражающих факторов; - принципы, правила и требования безопасного поведения и защиты в различных условиях и чрезвычайных ситуациях (ЧС);	В целом знает - основы физиологии человека и рациональные условия деятельности последствия воздействия на человека травмирующих вредных и поражающих факторов; - принципы, правила и требования безопасного поведения и защиты в различных условиях и чрезвычайных ситуациях (ЧС);	Знает - основы физиологии человека и рациональные условия деятельности последствия воздействия на человека травмирующих вредных и поражающих факторов; - принципы, правила и требования безопасного поведения и защиты в различных условиях и чрезвычайных ситуациях (ЧС);	
	<b>Уметь:</b> - эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; - оказывать первую помощь пострадавшим; - причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от опасных ситуаций;	Не умеет - эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; - оказывать первую помощь пострадавшим; - причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от	В целом умеет - эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; - оказывать первую помощь пострадавшим; - причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от	Умеет - эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; - оказывать первую помощь пострадавшим; - причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от опасных ситуаций;	

		опасных ситуаций;	опасных ситуаций;		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой и навыками оценки допустимого риска;</li> <li>- порядком и правилами оказания первой помощи пострадавшим.</li> <li>- использования средств и методов повышения безопасности и устойчивости технических средств и технологических процессов</li> </ul>	<p>Не владеет</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой и навыками оценки допустимого риска;</li> <li>- порядком и правилами оказания первой помощи пострадавшим.</li> <li>- использования средств и методов повышения безопасности и устойчивости технических средств и технологических процессов</li> </ul>	<p>В целом владеет</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой и навыками оценки допустимого риска;</li> <li>- порядком и правилами оказания первой помощи пострадавшим.</li> <li>- использования средств и методов повышения безопасности и устойчивости технических средств и технологических процессов</li> </ul>	<p>Владеет</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой и навыками оценки допустимого риска;</li> <li>- порядком и правилами оказания первой помощи пострадавшим.</li> <li>- использования средств и методов повышения безопасности и устойчивости технических средств и технологических процессов</li> </ul>	
<b>Повышенный</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы физиологии человека и рациональные условия деятельности последствия воздействия на человека травмирующих вредных и поражающих факторов;</li> <li>- принципы, правила и требования безопасного поведения и защиты в различных условиях и чрезвычайных ситуациях (ЧС);</li> </ul>				<p>В полном объеме знает</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы физиологии человека и рациональные условия деятельности последствия воздействия на человека травмирующих вредных и поражающих факторов;</li> <li>- принципы, правила и требования безопасного поведения и защиты в различных условиях и чрезвычайных ситуациях (ЧС);</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективно применять средства защиты от негативных</li> </ul>				<p>В полном объеме умеет</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективно применять средства защиты</li> </ul>

<p>воздействий; - оказывать первую помощь пострадавшим; - причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от опасных ситуаций;</p>				<p>от негативных воздействий; - оказывать первую помощь пострадавшим; - причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от опасных ситуаций;</p>
<p><b>Владеть:</b> - методикой и навыками оценки допустимого риска; - порядком и правилами оказания первой помощи пострадавшим. - использования средств и методов повышения безопасности и устойчивости технических средств и технологических процессов</p>				<p>В полном объеме владеет - методикой и навыками оценки допустимого риска; - порядком и правилами оказания первой помощи пострадавшим. - использования средств и методов повышения безопасности и устойчивости технических средств и технологических процессов</p>

### 7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:

1. Саморегуляция в философских и религиозных практиках.
2. История саморегуляции. Этапы становления саморегуляции.
3. Характеристика методов саморегуляции.
4. Анализ возможностей и ограничений разных методов психологической саморегуляции.
5. Специфика использования техник самовнушения.
6. Стратегия развития стрессоустойчивого поведения.
7. Копинговые стратегии поведения при стрессе.
8. Психологическая адаптация к стрессам.
9. Источники и последствия личностного стресса.
10. Личная программа защиты от стресса.
11. Ресурсные концепции стресса и преодоления выгорания.
12. Этические вопросы саморегуляции.
13. Использование аутогенной тренировки и медитации для саморегуляции психических состояний.
14. Технология и эффективность мышечной релаксации.
15. Роль эмоций в формировании стресса.



### **Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:**

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

### **7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет)**

1. Общая характеристика саморегуляции.
2. Саморегуляция как высшая психическая функция.
3. Этапы становления саморегуляции.
4. Методы саморегуляции.
5. Психические средства саморегуляции.
6. Аутогенная тренировка И. Шульца и биологически обратная связь.
7. Медитация, активная нервно-мышечная релаксация (по Э. Джекобсону).
8. Общее и специфическое в методах саморегуляции.
9. Саморегуляция в психотерапии (А. Лоуэн).
10. Определение стресса, стрессоров, стрессовой реакции и дистресса.
11. Классическая теория стресса Г. Селье и обзор современных подходов к изучению стресса.
12. Понятие эустресса и дистресса.
13. Понятие и симптоматика посттравматического стрессового расстройства.
14. Механизмы психологической защиты в процессе адаптации.
15. Понятия «копинг», «копинг-поведение».
16. Копинговые стратегии поведения при стрессе.
17. Сравнительный анализ механизмов психологической защиты и механизмов копинг-поведения в стрессовых ситуациях.
18. Индивидуальные формы совладающего поведения (модель С. Хобфолла).
19. Основные задачи копинга (Р. Лазарус, Дж. Кохен).
20. Стрессоустойчивость: содержание понятия, подходы к исследованию.

21. Развитие стрессоустойчивого поведения. Подходы и взгляды отдельных авторов.
22. Позитивный подход Н. Пезешкиана, стратегия поисковой активности (В. С. Ротенберг, В. В. Аршавский).
23. Стратегия приспособления (Л. И. Анцыферова).
24. Техника рефрейминга проблем.

### **Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ»**

- 30 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.
- 20 - баллов - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.
- 10 баллов – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.
- 0 – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

### **7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов Типовое контрольное задание**

**1. (УК-6, ПК-2) Приспособление организма, личности или группы к измененным внешним условиям называется:**

- а) Адаптация
- б) Копинг
- в) Адаптивность

**2. (УК-6, ПК-2) Непроизвольное и произвольное подчинение содержания психической деятельности и поведения (структуры деятельности) целям и задачам называется:**

- а) Адаптация
- б) самотренинг

в) Саморегуляция

**3. (УК-6, ПК-2) Состояние психического напряжения, психической обструкции, которая возникает в процессе деятельности, как правило, в экстремальных или сложных условиях**

- а) Число пальцев на конечностях
- б) Заболевание желудочно-кишечного тракта
- в) Невосприимчивость к болезням
- г) Устойчивость в социальной среде

**4. (УК-6, ПК-2) К общим признакам инфекционных заболеваний не относится:**

- а) Общая слабость, утомляемость
- б) Повышение температуры тела
- в) Ломота в суставах и мышцах
- г) Повышение артериального давления

**5. (УК-6, ПК-2) Вирусным гепатитом В и С нельзя заразиться:**

- а) Половым путем,
- б) При переливании крови,
- в) При занятиях борьбой в спортивных секциях
- г) При употреблении немытых фруктов

**6. (УК-6, ПК-2) Антигены это:**

- а) Иммунные белки
- б) Чужеродные вещества
- в) Вакцины
- г) Хромосомный набор клетки

**7. (УК-6, ПК-2) В медицине здоровье человека рассматривается как:**

- а) нормальное функционирование всех систем организма человека в покое;
- б) наличие хронических, наследственных заболеваний;
- в) адаптация организма к воздействию окружающей среды;
- г) состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

**8. (УК-6, ПК-2) К благоприятным факторам медицинского обеспечения для здоровья населения по оценке экспертов Всемирной организации здравоохранения относится:**

- а) низкий уровень мероприятий первичной профилактики среди населения;
- б) недостаток обеспечения качественной медицинской помощью;
- в) организация и осуществление мониторинга за здоровьем населения;
- г) отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья граждан.

**9. (УК-6, ПК-2) В структуре заболеваемости по обращаемости первое место занимают болезни:**

- а) органов дыхания;

- б) эндокринной системы;
- в) кожи и подкожной клетчатки;
- г) костно-мышечной системы.

**10. (УК-6, ПК-2) Неспецифическая защита организма не связана с:**

- а) секретами биологических жидкостей организма;
- б) функционирование нормальной микрофлоры слизистых;
- в) чистой неповрежденной кожей;
- г) введением иммунных сывороток.

**11. (УК-6, ПК-2) Совокупность патологических изменений организма, связанных с длительным и неумеренным употреблением спиртных напитков называется:**

- а) алкоголизмом;
- б) наркоманией;
- в) токсикоманией;
- г) табакокурением.

**12. (УК-6, ПК-2) Иммуитет, присущий различным видам животных и человеку, передающийся из поколения в поколение, называется:**

- а) приобретенным;
- б) пассивным;
- в) наследственным;
- г) искусственным.

**Критерии оценки тестового материала по дисциплине  
«Психосаморегуляция лиц с ОВЗ»**

«неудовлетворительно» – 60% и менее

«удовлетворительно» – 61-80%

«хорошо» – 81-90%

«отлично» – 91-100%

- ✓ 5 баллов - выставляется студенту, если выполнены все задания варианта продемонстрировано знание фактического материала (базовых понятий, алгоритма, факта).
- ✓ 4 балла - работа выполнена вполне квалифицированно в необходимом объёме; имеются незначительные методические недочёты и дидактические ошибки. Продемонстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения
- ✓ 3 балла – продемонстрировано умение синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей в рамках определенного раздела дисциплины;
- ✓ 2 балла - работа выполнена на неудовлетворительном уровне; не в полном объёме, требует доработки и исправлений и исправлений более чем половины объема.

**7.3. Балльно-рейтинговая система оценки знаний бакалавров**

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Попуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

**Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания**

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "незачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

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

### ***а) основная учебная литература:***

1. Здоровый образ жизни: учебное пособие / В. А. Пискунов, М. Р. Максиняева, Л. П. Тупицына. - Москва: МПГУ, 2012. - 86 с.- ISBN 978-5-7042-2355-9. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/757954> - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный

2. Актуальные проблемы образования лиц с ограниченными возможностями здоровья : материалы научно-практической конференции с международным участием, г. Москва, 19-21 апреля 2018 г. / под ред. Е. Г. Речицкой, В. В. Линькова ; Московский педагогический государственный университет. - Москва : МПГУ, 2018. - 299 с. - ISBN 978-5-4263-0643-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1020609> – Режим доступа: по подписке.

3. Михальчи, Е. В. Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в системе высшего образования : методическое пособие / Е.В. Михальчи. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 152 с. — (Практическая педагогика). — DOI 10.12737/textbook\_5d36b4a8aacb22.47000857. - ISBN 978-5-16-014746-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1172180> – Режим доступа: по подписке.

4. Шингаев, С. М. Психология профессионального здоровья руководителя: теория, методология, практика : учебное пособие / С. М. Шингаев, Г. С. Никифоров, Н. Е. Водопьянова ; под. ред. Г. С. Никифорова. - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 156 с. - ISBN 978-5-288-06061-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1840328> – Режим доступа: по подписке.

### ***б) дополнительная учебная литература:***

1. Ананьев, В. А. Практикум по психологии здоровья : методическое пособие по первичной специфической и неспецифической профилактике / В. А. Ананьев. – СПб. : Речь, 2007.

2. Водопьянова, Н. Синдром выгорания : диагностика и профилактика / Н. Водопьянова, Е. Старченкова. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2009. – (Серия «Практическая психология»).

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

Портал психологических изданий [Электронный ресурс]. – URL: <http://psyjournals.ru/>

1. Психологическая лаборатория. – URL: <http://vch.narod.ru/index.html>

2. В помощь психологу. – URL: <http://www.psiholognew.com>

3. Сайт факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова. – URL: <http://www.psy.msu.ru>

4. Сайт Института психологии РАН. – URL: <http://www.psychol.ras.ru>

5. [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=437339&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=437339&sr=1)

**10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросов, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Контрольная работа/ индивидуальное задание	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Введение в профессию» предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем курса, определенных программой. Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются:

- подготовка рефератов и докладов к практическим занятиям;
- самоподготовка по вопросам;
- подготовка к зачету.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников - ориентировать студента в системе тех знаний, умений и

навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. В процессе изучения данной дисциплины учитывается посещаемость лекций, оценивается активность студентов на практических занятиях, а также качество и своевременность подготовки теоретических материалов, исследовательских проектов и презентаций рефератов. По окончании изучения дисциплины проводится зачет по предложенным вопросам и заданиям.

Вопросы, выносимые на зачет, должны служить постоянными ориентирами при организации самостоятельной работы студента. Таким образом, усвоение учебного предмета в процессе самостоятельного изучения учебной и научной литературы является и подготовкой к зачету, а сам зачет становится формой проверки качества всего процесса учебной деятельности студента.

Студент, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками по предложенному вопросу, считается успешно освоившим учебный курс. В случае большого количества затруднений при раскрытии предложенного на зачете вопроса студенту предлагается повторная сдача в установленном порядке.

Для успешного овладения курсом необходимо выполнять следующие требования:

- 1) посещать все занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и теоретического овладения пропущенного недостаточно для качественного усвоения;
- 2) все рассматриваемые на практических занятиях темы обязательно конспектировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;
- 3) обязательно выполнять все домашние задания;
- 4) проявлять активность на занятиях и при подготовке, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому студенту;
- 5) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.

### **10.1 Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям**

Целями освоения дисциплины (модуля) «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ» являются: формирование у обучающихся целостного теоретического представления об основных принципах и закономерностях функционирования нервной системы и ее структурных единиц - нейронов, при регуляции жизнедеятельности организма.

При подготовке студентов к практическим занятиям по курсу необходимо не только знакомить студентов с теориями и методами практики, но и стремиться отрабатывать на практике необходимые навыки и умения.

Практическое занятие - это активная форма учебного процесса в вузе, направленная на умение студентов переработать учебный текст, обобщить материал, развить критичность мышления, отработать практические навыки. В рамках курса «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ» применяются следующие виды практических занятий: семинар-конференция (студенты выступают с докладами по теме рефератов, которые тут же и обсуждаются), обсуждение отдельных вопросов на основе обобщения материала.

Практические занятия предназначены для усвоения материала через систему основных понятий лингвистической науки. Они включают обсуждение отдельных вопросов, разбор трудных понятий и их сравнение. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у студента умения



самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий. При этом алгоритм подготовки будет следующим:

1 этап - поиск в литературе теоретической информации на предложенные преподавателем темы;

2 этап - осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;

3 этап - составление плана ответа на конкретные вопросы (конспект по теоретическим вопросам к практическому занятию, не менее трех источников для подготовки, в конспекте должны быть ссылки на источники);

Важнейшие требования к выступлениям студентов - самостоятельность в подборе фактического материала и аналитическом отношении к нему, умение рассматривать примеры и факты во взаимосвязи и взаимообусловленности, отбирать наиболее существенные из них. Доклад является формой работы, при которой студент самостоятельно готовит сообщение на заданную тему и далее на семинарском занятии выступает с этим сообщением.

При подготовке к докладам необходимо:

- подготовить сообщение, включающее сравнение точек зрения различных авторов;
- сообщение должно содержать анализ точек зрения, изложение собственного мнения или опыта по данному вопросу, примеры;

- вопросы к аудитории, позволяющие оценить степень усвоения материала;

- выделение основных мыслей, так чтобы остальные студенты могли конспектировать сообщение в процессе изложения. Доклад (сообщение) иллюстрируется конкретными примерами из практики.

### **10.1. Общесистемные требования**

*Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»*

<http://kchgu.ru> - адрес официального сайта университета

<https://do.kchgu.ru> - электронная информационно-образовательная среда КЧГУ

*Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)*

<b>Учебный год</b>	<b>Наименование документа с указанием реквизитов</b>	<b>Срок действия документа</b>
2023 / 2024 учебный год	Договор №915 эбс ООО «Знаниум» от 12.05.2023г.	Действует до 15.05.2024г.
	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № СЭБ НВ-294 от 1 декабря 2020 года.	Бессрочный
2023 / 2024 учебный год	Электронная библиотека КЧГУ (Э.Б.). Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1). Электронный адрес: <a href="https://kchgu.ru/biblioteka">https://kchgu.ru/biblioteka</a> - <a href="https://kchgu.ru/">kchgu/</a>	Бессрочный
2023 / 2024 учебный год	Электронно-библиотечные системы: Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU» - <a href="https://www.elibrary.ru">https://www.elibrary.ru</a> . Лицензионное соглашение №15646 от 01.08.2014г. Бесплатно. Национальная электронная библиотека (НЭБ) – <a href="https://rusneb.ru">https://rusneb.ru</a> . Договор №101/НЭБ/1391 от 22.03.2016г. Бесплатно. Электронный ресурс «Polred.com Обзор СМИ» – <a href="https://polpred.com">https://polpred.com</a> . Соглашение. Бесплатно.	Бессрочно

## 10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

<p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.</p> <p><i>Специализированная мебель:</i> столы ученические, стулья, доска, карты.</p> <p><i>Технические средства обучения:</i> Мультимедийный комплекс: персональный компьютер с подключением к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета, звуковые колонки, широкополосный телевизор.</p> <p><i>Лицензионное программное обеспечение:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная</li> <li>– Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная</li> <li>– ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная</li> <li>– Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная</li> <li>– Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная</li> <li>– Антивирус Касперского. Действует до 03.03.2025г. (Договор № 56/2023 от 25 января 2023г.);</li> </ul>	<p>369200, Карачаево-Черкесская республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус № 4, ауд. 303</p>
<p>Лаборатория для проведения занятий лабораторного типа, индивидуальных консультаций и самостоятельной работы.</p> <p><i>Специализированная мебель:</i> столы ученические, стулья, стол тумба, меловая доска, Технические средства обучения: персональный компьютер с подключением к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.</p> <p>Лабораторное оборудование и материалы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Картотека диагностических средств. Видеокамера (Sony HDR-SR5E-1 шт.)</li> <li>2.Тонometr(Omron M1-4 шт.)</li> <li>3.Ростомер (АСК РМ.01.00-1 шт.)</li> <li>4.Весы напольные(Tanita HD-326-2 шт)</li> <li>5.Пульсоксиметр ( Aiquga AD-805-10шт.)</li> <li>6.Секундомер(15 шт.)</li> <li>7.Мониторные наушники закрытого типа (Sennheiser HD 180-9шт.)</li> <li>8.Динамометр кистевой( 4шт.)</li> <li>9.Студийные двухканальные усилители мощности серии RA(Alesis RA300 Amplifier-1шт.)</li> </ol> <p>Демонстрационный материал к психодиагностическим методикам (бланки, стимульный материал, таблицы):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– тест Гилфорда, (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– тест Векслера (взрослый), (бланки. 5 комплектов)</li> <li>– факторный личностный опросник Кеттелла, (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– фрустрационный тест Розенцвейга, (взрослый) (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– личностный опросник ММРІ (бланки, (бланки,5 комплектов)</li> <li>– программы социально-психологического тренинга)</li> <li>– тест «Рука». Руководство (адаптация проективной методики «The Hand Test» Б. Бриклина, З. Пиотровского, Э. Вагнера), (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– ОТеЦ (подростковый), (бланки, 5 комплектов</li> <li>– опросник терминальных ценностей (подростковый вариант),(бланки, 5 комплектов)</li> <li>– скрининговый тест школьной зрелости. (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– тест диагностики информированности ребенка о социальном</li> </ul>	<p>369200, Карачаево-Черкесская Республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус №4, ауд.411</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>окружении, (бланки, 4 комплектов)</li> <li>– картино-словарный тест, (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– тест интеллектуального потенциала, (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– тестовая батарея общих профессиональных способностей, (бланки, 6 комплектов)</li> <li>– опросник "Психического выгорания" для учителей, (бланки, 3 комплектов)</li> <li>– шкала субъективного благополучия, (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП), (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– шкала эмоциональной возбудимости, (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– тест "Нарисуй человека" (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– тест интеллекта, свободный от влияния культуры (cf2a), (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– тест вербального интеллекта (i-test), (бланки, 3 комплектов)</li> <li>– личностный опросник «НЭП», (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– восьмицветовой тест Люшера, (бланки, 3 комплектов)</li> <li>– опросник Я. Стреляу, (бланки, 3 комплектов)</li> <li>– опросник для диагностики способности к эмпатии А.Мехрабианом И Н. Эпстайном, (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– методика диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении Бойко, (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– тест межличностных отношений Т. Лири, (бланки, 5 комплектов)</li> <li>– методика САН, (бланки, 5 комплектов).</li> </ul> <p>Лицензионное программное обеспечение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная</li> <li>– Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная</li> <li>– ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная</li> <li>– Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная</li> <li>– Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная</li> <li>– Антивирус Касперского. Действует до 03.03.2025г. (Договор № 56/2023 от 25 января 2023г.);</li> <li>– .Лонгитюд-ЭДК+. Лицензия: 553. ООО «Лонгитюд». Срок действия: бессрочно</li> <li>– IBM SPSS. Лицензия: L141224. ЗАО «Прогностические решения». Срок действия: бессрочно</li> </ul>	
<p>Научный зал, 20 мест, 10 компьютеров          Специализированная мебель: столы ученические, стулья.          Технические средства обучения:          персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.          Лицензионное программное обеспечение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная</li> <li>– Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная</li> <li>– ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная</li> <li>– Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная</li> <li>– Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная</li> <li>– Антивирус Касперского. Действует до 03.03.2025г. (Договор № 56/2023 от 25 января 2023г.);</li> </ul>	<p>369200, Карачаево-Черкесская республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебно-лабораторный корпус, ауд. 101</p>
<p>Аудитория для самостоятельной работы обучающихся.          Основное учебное оборудование: специализированная мебель (учебные парты, стулья, шкафы); учебно-наглядные пособия; учебная, научная, учебно-методическая литература, карты.          Технические средства обучения:          3 компьютера с подключением к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета,          звуковые колонки, мультифункциональное устройство (сканнер, принтер,</p>	<p>369200, Карачаево-Черкесская республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус № 4, ауд. 320</p>

ксерокс)

Лицензионное программное обеспечение:

- Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная
- Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная
- ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная
- Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная
- Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная
- Антивирус Касперского. Действует до 03.03.2025г. (Договор № 56/2023 от 25 января 2023г.);

### ***10.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы***

#### **Современные профессиональные базы данных**

1. Федеральный портал «Российское образование»- <https://edu.ru/documents/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru/>
3. Базы данных Scopus издательства Elsevir  
<http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.

#### **Информационные справочные системы**

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
2. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.

### **11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Для лиц с ОВЗ и/или с инвалидностью РПД разрабатывается на основании «Положения об организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования “Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева”