

КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ХАБАРОВСКИЙ ТЕХНИКУМ ТЕХНОСФЕРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И  
ПРОМЫШЛЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД.19 Психологическая подготовка**

**для профессии 20.01.01 Пожарный.**

г. Хабаровск

2021г.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования , и в соответствии с примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины « Психологическая подготовка»

для профессий технического и социально-экономического профиля.

Организация-разработчик:

КГБПОУ «Хабаровский техникум техносферной безопасности и  
промышленных технологий»

Разработчик:

Смирнова Наталья Сергеевна – преподаватель

(ФИО, учёная степень, звание, должность)

Рассмотрена и одобрена на заседании предметной цикловой комиссии ПЦК  
математического и общего естественнонаучного учебного цикла

протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Председатель ПЦК - \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

Согласовано на заседании методического совета

Протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

Председатель МС \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>5</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>11</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОУД.19 Психологическая подготовка

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Психологическая подготовка» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС для профессий технического и социально-экономического профиля.

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина Психологическая подготовка изучается как дополнительная общеобразовательная дисциплина из обязательных предметных областей учебного плана.

### 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

**Цель:** формирование у учащихся целостного представления об устройстве человека и опасных кризисных ситуациях психологического, психического характера, которые могут возникнуть в их жизни, о способах распознавания и мерах защиты от этих последствий, обучение системе психологического обеспечения профессиональной деятельности специалиста МЧС России,

Сформулированная цель ставит следующие **задачи курса:**

- ознакомление учащихся с опасностями психологического, психического характера, угрожающими человеку в кризисных ситуациях;
- формирование знаний и обучение практическим навыкам в области обеспечения психологической устойчивости личности и способов ее формирования и поддержания в чрезвычайных ситуациях;
- изучение методов и приемов защиты от психологических воздействий и позволяющих минимизировать возможный ущерб для личности, ее здоровья, жизни и благополучия;
- выработка умений оказания психологической помощи людям, побывавшим в экстремальных ситуациях.

**В результате изучения дисциплины учащиеся должны:**

**Знать:**

- основы психологии безопасности, психологии ЧС, психологии риска;
- об организации психологической работы МЧС России с личным составом и населением;
- особенности диагностики и тренировки психических процессов;
- способы контроля и прогнозирования своих поступков;
- расширенный круг проблем, изучаемых психологией;
- психологические требования к профессии пожарного и спасателя, свои индивидуально-психологические особенности, психологического воздействия обстановки при чрезвычайных ситуациях, методы и приёмы управления собственным состоянием.

**Уметь:**

- учитывать свои индивидуальные психологические особенности при тушении пожаров и проведении первоочередных аварийно-спасательных работ и корректировать их;
- учитывать психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях;
- применять на практике знания, умения и навыки в поддержании психологической готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях;
- контролировать своё психическое состояние и применять приёмы управления им;
- развивать способности к быстрой внутренней мобилизации при действиях в условиях риска для жизни;
- поддерживать эффективное внутригрупповое взаимодействие.

В рамках программы проводится тестирование, на основе которого делаются выводы об индивидуально-психологических особенностях пожарного или спасателя.

**Ожидаемые результаты** могут быть сведены к следующим:

- развитие психологической устойчивости учащихся в целом и как частность, развитие психологического аспекта культуры безопасности жизнедеятельности;
- приобретение учащимися знаний и практических умений по распознаванию и преодолению опасных ситуаций психологического характера, которые могут возникнуть в их жизни, о способах и мерах защиты от них;
- выработка у учащихся умений оказывать сопротивление деструктивному психологическому воздействию на них на основании целостного представления об устройстве человека.

При изучении данного курса предполагается использование различных источников знаний: справочников, энциклопедий, материалов СМИ, Интернет, статистических данных и пр., а также более подробное изучение физической и тематических карт Российской Федерации и карт своей местности.

**Контроль** знаний может осуществляться в виде практических работ, семинаров по темам, игровых заданий, интеллектуальных игр, решения вопросов и пр.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

- максимальной учебной нагрузки обучающегося 66 час, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 44 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 22 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>66</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>44</i>
<b>Теоретические занятия</b>	<i>36</i>
<b>Практические занятия</b>	<i>8</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>22</i>
<i>Итоговая аттестация в форме зачета с оценкой</i>	<i>2 семестр</i>

## 2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД.19 Психологическая подготовка

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>ОУД.19 Психологическая подготовка</b>		66	
<b>Тема 1. Психологические основы профессиональной деятельности пожарного в современном обществе</b>	<b>Содержание</b>	2	
	1.Возрастание социальной значимости профессии пожарного в связи с ростом в современных условиях числа аварий и катастроф техногенного и природного характера.		2
	<b>Самостоятельная работа</b> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Проведение тестирования с целью выявления особенностей мотивации поведения обучаемых.	4	
<b>Тема 2 Профессионально-важные качества пожарных</b>	<b>Содержание</b>	4	
	1. Понятие о профессионально-важных качествах, их роли в обеспечении успешной деятельности пожарного. 2. Психологические особенности и личностные характеристики пожарного, требуемые для профессиональной деятельности.		2
	<b>Самостоятельная работа</b> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем) Проведение тестирования обучаемых с целью выявления степени развития необходимых профессионально-важных качеств.	4	

<b>Тема 3. Психофизиологические особенности труда пожарных</b>	<b>Содержание</b>	8	2
	1. Факторы, влияющие на состояние пожарного в период несения службы. Воздействие физических, химических, биологических, психологических факторов на организм пожарного. 2. Социально-психологические и медицинские аспекты деятельности пожарных. Проведение тренинга психологической устойчивости к стрессам.		
	<b>Самостоятельная работа</b>	4	
	Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление практических работ; поиск необходимой информации через Интернет; работа со словарем, справочником		
<b>Тема 4. Психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях</b>	<b>Содержание</b>		
	1. Факторы, оказывающие травмирующее воздействие на психику человека. 2. Индивидуальные различия в характере реакций на чрезвычайную ситуацию. Ознакомление с клинической картиной психогенных расстройств, возникающих в чрезвычайных ситуациях.	4	
	<b>Самостоятельная работа</b>		
	Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем)		
<b>Тема 5. Программа действий пожарного по обеспечению личной профессиональной безопасности</b>	<b>Содержание</b>	2	
	1. Субъективные и оперативные признаки состояний перевозбуждения, апатии, боевой готовности. 2. Страх, его проявления. Управление состоянием пожарного, методы регуляции психических состояний.		
	<b>Самостоятельная работа</b>	4	



	Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем)		
<b>Тема 6 Формирование практических навыков аутогенной тренировки, навыков по быстрому восстановлению и снятию усталости</b>	<b>Практическая работа</b> 1. Обучение упражнениям для проведения аутогенной тренировки. Формирование практических навыков по быстрому восстановлению и снятию усталости.	2	
<b>Тема №7. Экстремальные условия как элемент жизнедеятельности специалистов</b>	<b>Содержание</b> 1. Социально-значимые ценности и мотивы специалистов, занимающие ведущую роль во всей их психической деятельности и поведении в экстремальных условиях.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем)	2	
<b>Тема №8 Отбор специалистов для работы в экстремальных условиях</b>	<b>Содержание</b> 1. Профессиональная экстремально-психологическая подготовка специалистов к служебно - экстремальной деятельности. Профессиональный отбор	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем)		
	<b>Практическая работа</b>	1	

	Профиль личности по тесту ММРІ (опросник Миннесотского многомерного личностного профиля). Построение профессиографического портрета и модели профессионально важных психологических качеств специалиста, работающего в экстремальных условиях.		
	<b>Практическая работа.</b> Методика многофакторного исследования личности Р.Кетелла. Формирование практических навыков для работы с психологическими тестами.	1	
<b>Тема № 9 Психология личности командира в экстремальных условиях</b>	<b>Содержание.</b> 1. Проблема развития личности 2. Осознание человеком своих возможностей, проявляемых в конкретных условиях, в том числе экстремальных, принятие ответственности за развитие самого себя, ближайшего окружения, общества.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем)	2	
<b>Тема №10 Профессиональная компетентность командира в экстремальных условиях</b>	<b>Содержание.</b> 1. Стили руководства, которые наиболее предпочтительны в экстремальных условиях, психологические особенности профессиональной деятельности руководителя. 2. Требования к отдельным психическим свойствам руководителей в экстремальных ситуациях. 3. Критерии психологической пригодности руководителей к деятельности в экстремальных условиях.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем)	2	
	<b>Содержание.</b>	2	

<b>Тема № 13. Роль лидера в экстремальных условиях</b>	1. Лидерство, важный элемент управленческой концепции, в экстремальных условиях.		
	<b>Практическая работа.</b> Выявление лидера «Социометрия».	1	
<b>Тема №14 Коррекция психологических ценностей в экстремальных условиях.</b>	<b>Содержание.</b> 1. Понятие о значимых психологических ценностях и мотивах, связанных деятельностью в экстремальных условиях.		
	<b>Практическая работа.</b> Мотивация. Основные факторы, оказывающие влияние на мотивацию к деятельности в экстремальных условиях и удовлетворенность деятельностью у специалистов экстремального профиля.	1	
	<b>Самостоятельная работа</b> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем)	2	
<b>Тема № 15. Методы профилактики и разрешения конфликтов в группе при экстремальных условиях.</b>	<b>Содержание.</b> 1. Анализ конфликтов, его структурные элементы, типы конфликтов. Основные стили разрешения конфликтов.	2	
	<b>Практическая работа.</b> « Конфликты и причины их возникновения» Развитие самосознания и самоисследования для коррекции или предупреждения эмоциональных нарушений на основе внутриличностных и поведенческих изменений.	2	
<b>Тема №16 Диагностика острых и посттравматических стрессовых нарушений</b>	<b>Содержание.</b> 1. Посттравматические стрессовые расстройства после совершения профессиональной деятельности в экстремальных условиях, их диагностика с помощью многофакторного теста ММРІ и цветового теста Люшера.	2	

<b>Тема №17 Психология реабилитации специалистов после работы в экстремальных условиях</b>	<b>Содержание.</b> 1.Изменения в психике человека под интенсивным воздействием стресс-факторов, связанных с профессиональной деятельностью в экстремальных условиях. 2.Методики и психотехники используемые при реабилитации специалистов и руководителей для полноценной социальной адаптации к образу жизни в стандартных условиях и восстановления работоспособности.	2	
	<b>Итоговая аттестация в форме зачета с оценкой</b>	2 семестр	
	<b>ИТОГО</b>	66 часов	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета экологических основ природопользования.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- рабочая доска;
- наглядные пособия (учебники, опорные конспекты).

##### **Технические средства обучения:**

- мультимедийный проектор;
- ноутбук; компьютер
- интерактивная доска;
- колонки.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

###### *Основная литература:*

Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных /Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М.: Смысл, 2016 - 319 с.

Самонов А. П. Психологическая подготовка пожарных.—М.: Стройиздат, 2015

Шойгу С.К., Кудинов С.М., Неживой А.Ф., Ножевой С.А. Учебник спасателя. М., 2014

###### *Дополнительная литература*

Климов Е.А. Введение в психологию труда: Учебник для вузов. М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 2015г

Немов Р.С. Практическая психология. М.: Владос. 2016г

Приемы психологической саморегуляции для спасателей и пожарных.

Методич.рекомендации / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М., 2015.

Психологический словарь под ред. Зинченко В.П. Мещерякова.  
М.:Педагогика-пресс. 2014г

Экстренная допсихологическая помощь. Практическое пособие. М.:

2016

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения студентами индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- основы психологии безопасности, психологии ЧС, психологии риска;</li><li>- об организации психологической работы МЧС России с личным составом и населением;</li><li>- особенности диагностики и тренировки психических процессов;</li><li>- способы контроля и прогнозирования своих поступков;</li><li>- расширенный круг проблем, изучаемых психологией;</li><li>- психологические требования к профессии пожарного и спасателя, свои индивидуально-психологические особенности, психологического воздействия обстановки при чрезвычайных ситуациях, методы и приёмы управления собственным состоянием.</li></ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- учитывать свои индивидуальные психологические особенности при тушении пожаров и проведении первоочередных аварийно-спасательных работ и корректировать их;</li><li>- учитывать психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях;</li><li>- применять на практике знания, умения и навыки в поддержании психологической готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях;</li><li>- контролировать своё психическое состояние и применять приёмы управления им;</li><li>- развивать способности к быстрой внутренней мобилизации при действиях в условиях риска для жизни;</li><li>- поддерживать эффективное внутригрупповое взаимодействие.</li></ul> <p>•</p>	<p>Тесты;</p> <p>Самостоятельная работа;</p> <p>Зачет.</p>