

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНГУШСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

КАФЕДРА «ГЕОГРАФИЯ. БЖД»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательной программы
_____/ М.И. Китиева

«29» января 2025г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. декана педагогического факультета
_____/М.Р. Бекова

«06» февраля 2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.05.02 «МЕХАНИЗМЫ АДАПТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ»

Направление подготовки (бакалавриат)
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль подготовки)
География. Безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Магас, 2025 г.

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Механизмы адаптивного поведения»- освоение знаний и умений, необходимых для работы в области социально-психологической адаптации личности: изучение основ теории социально-психологической адаптации личности; освоение методов исследования в области социально-психологической адаптации личности; ознакомление с методами практической психологии, направленными на решение задач социально-психологической адаптации личности.

Задачи освоения дисциплины:

- формирование у студентов представлений о механизмах адаптивного поведения и методах его управления.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Механизмы адаптивного поведения» относится к вариативной части цикла дисциплин Б1 (Б1.В.ДВ.05.02) и является дисциплиной по выбору. Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности обучающихся к освоению дисциплин, прохождению практик, Государственной итоговой аттестации. Изучение данной дисциплины по плану предусмотрено в 8 семестре, в связи с чем, требования к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося определяются требованиями к уровню подготовки бакалавра к предшествующим дисциплинам: «Безопасность жизнедеятельности», «Обучение лиц с ОВЗ», «Чрезвычайные ситуации природного характера Чрезвычайные ситуации техногенного характера и др. Знание вопросов, изучаемых в данной дисциплине, необходимо для дальнейшего изучения дисциплин: современные формы организации обучения безопасности жизнедеятельности, оценка качества обучения безопасности жизнедеятельности и др.

3. Результаты освоения дисциплины (модуля)

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

| Код компетенции | Наименование компетенции | Индикатор достижения компетенции (закрепленный за дисциплиной) | В результате освоения дисциплины обучающийся должен: |
|-----------------|--------------------------|--|--|
| | | | |

| | | | |
|--------------|--|--|---|
| УК-8. | Способен создавать и поддерживать повседневной жизни и профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов | УК-8.5. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения | Знать: классификацию и характеристики опасностей социального характера; социальную и психологическую характеристику личности безопасного типа; принципы, правила и требования безопасного поведения и защиты в различных чрезвычайных ситуациях социального происхождения; - уметь: оценивать возможный риск появления чрезвычайных ситуаций социального характера на территории региона; классифицировать опасности социального характера и закономерности их проявления; применять своевременные меры по их ликвидации; грамотно применять практические навыки обеспечения безопасности в опасных ситуациях, возникающих в учебном процессе и повседневной жизни; владеть: практическими навыками обеспечения безопасности в опасных ситуациях; методикой формирования у учащихся психологической устойчивости поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социального происхождения. |
| ПК-4. | Способен обеспечить педагогическое сопровождение достижения | ИПК-4.1. Формирует образовательную среду организации в | Знать: возможности образовательной среды, способствующей достижению личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечению качества учебно- |

| | | |
|--|---|--|
| личностных, метапредметных и предметных результатов обучения среднего общего образования | целях достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучающихся и воспитанников средствами образовательных областей и учебных предметов в соответствии с профилем подготовки и уровнем обучения; | воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов; Уметь: использовать возможности образовательной среды в зависимости от решаемой профессиональной задачи при организации отдельных мероприятий, направленных на достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечение качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов; Владеть: навыками организации учебно-воспитательного процесса с использованием возможностей образовательной среды для |
|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов |
|--|--|--|--|

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 ч.

Очная форма

| № п/п | Наименование разделов и тем дисциплины (модуля) | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | | | | | | | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) | | | | | | | |
|--------------------------------|---|---------|--|--------|----------------------|----------------------|--------------------------|---------------------------|------------------------------------|---|------------------------------------|---------------|------------|-----------------|----------------------------|-------------------|---------------------------------------|
| | | | Контактная работа | | | | | Самостоятельная работа | | Форма | | | | | | | |
| | | | Всего | Лекции | Практические занятия | Лабораторные занятия | Др. виды контакт. работы | Всего | Опережающая самостоятельная работа | Подготовка к зачету | Другие виды самостоятельной работы | Собеседование | Коллоквиум | Проверка тестов | Проверка контрольных работ | Проверка реферата | Проверка эссе и иных творческих работ |
| 1. | Тема 1 | 8 | 10 | 2 | 4 | | | 4 | | | * | * | | | | | |
| 2. | Тема 2 | 8 | 12 | 2 | 4 | | | 4 | | | * | * | | | | | |
| 3. | Тема 3 | 8 | 12 | 2 | 6 | | | 4 | | | * | | | | * | | |
| 4. | Тема 4 | 8 | 12 | 2 | 6 | | | 4 | | | * | | | | * | | |
| 5. | Тема 5 | 8 | 12 | 4 | 6 | | | 4 | | | | | | | * | | |
| 6. | Тема 6 | 8 | 12 | 4 | 6 | | | 4 | | | | * | | | | | |
| Подготовка к зачету | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Общая трудоемкость, в часах | | 72 | 72 | 16 | 32 | | | 24 | | Промежуточная аттестация | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | Форма | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | Зачет | | | | | | | + |
| | | | | | | | | | | Зачет с оценкой | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | Экзамен | | | | | | | |

Заочное обучение

| № п/п | Наименование разделов и тем дисциплины (модуля) | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | | | | | | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) | | | | | | | | |
|--------------------------------|---|---------|--|--------|----------------------|----------------------|---------------------------|-------|---|---------------------|------------------------------------|-----------------|------------|-----------------|----------------------------|-------------------|-------------------------------------|
| | | | Контактная работа | | | | Самостоятельная работа | | Форма | | | | | | | | |
| | | | Всего | Лекции | Практические занятия | Лабораторные занятия | Др. виды контакт. работы | Всего | Опережающая самостоятельная | Подготовка к зачету | Другие виды самостоятельной работы | Собеседование | Коллоквиум | Проверка тестов | Проверка контрольных работ | Проверка реферата | Проверка эссе и инновационных работ |
| 1. | Тема 1. | 8 | 10 | 1 | | | | 10 | | | | * | | | | | |
| 2. | Тема 2. | 8 | 12 | 1 | | | | 10 | | | | * | | | | | |
| 3. | Тема 3. | 8 | 12 | 1 | | | | 10 | | | | * | | | | | |
| 4. | Тема 4. | 8 | 12 | 1 | | | | 10 | | | | * | | | | | |
| 5. | Тема 5. | 8 | 12 | 2 | | | | 10 | | | | * | | | | | |
| 6. | Тема 6. | 8 | 12 | 2 | | | | 10 | | | | * | | | | | |
| Подготовка к зачету | | | | | | | | | | | | * | | | | | |
| Общая трудоемкость, в часах | | 72 | 72 | 8 | | | | 60 | | | | Промежуточная | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | Форма | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | Зачет | | | | + | |
| | | | | | | | | | | | | Зачет с оценкой | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | Экзамен | | | | | |

4.2. Содержание дисциплины

Тема 1. Введение в предмет «Механизмы адаптивного поведения». Введение в предмет «Механизмы адаптивного поведения» Цели задачи курса, его значение для педагогов специального образования. Связь данного курса с психолого-педагогическими дисциплинами.

Тема 2. Особенности поведения личности в экстремальных ситуациях. Особенности поведения личности в экстремальных ситуациях. Теория функциональных систем (А.П.Анохин), как основа системы самозащиты. Формы защитного поведения при стрессе. Механизмы регуляции поведения в экстремальных ситуациях.

Тема 3. Психофизиологические механизмы адаптивного поведения. Психофизиологические механизмы адаптивного поведения. Адаптивные реакции в режиме функционального напряжения. Адаптивные реакции в режиме функциональной релаксации.

Ориентировочные и оборонительные реакции. Условно и безусловно рефлексорные уровни регуляции адаптивного поведения.

Тема 4. Психоэмоциональная оценка опасности. Психоэмоциональная оценка опасности. Критерии оценки психофизиологических параметров. Цикличность эмоциональных переживаний. Боль как критерий психоэмоциональной оценки опасности

Тема 5. Психофизиологические механизмы обеспечения безопасного поведения. Психофизиологические механизмы обеспечения безопасного поведения. Психофизиологические механизмы социальной адаптации. Социальные роли. Половое поведение. Агрессивное поведение. Механизмы психологической защиты

Тема 6. Методы развития психофизических возможностей. Методы развития психофизических возможностей. Комплекс упражнений для произвольной регуляции мышечного напряжения и эмоциональных состояний. Упражнения для произвольной регуляции дыхания и координации движений. Техника и тактика защиты от ударов, болевых и удушающих захватов.

5. Образовательные технологии

Образовательный процесс по дисциплине организован в форме учебных занятий (контактная работа (аудиторной и внеаудиторной) обучающихся с преподавателем и самостоятельная работа обучающихся). Учебные занятия представлены следующими видами, включая учебные занятия, направленные на проведение текущего контроля успеваемости:

- лекции (занятия лекционного типа);
- семинары, практические занятия (занятия семинарско - практического типа); групповые консультации; индивидуальные консультации и иные учебные занятия,
- предусматривающие индивидуальную работу преподавателя с обучающимся;
- самостоятельная работа обучающихся;
- занятия иных видов.

Форма промежуточной аттестации – экзамен.

Виды самостоятельной работы обучающихся:

Методы ИТ

Реферат-конспект

Реферат-резюме

Устный доклад

Письменный доклад

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

6.1. План самостоятельной работы студентов

| № | Тема | Вид самостоятельной работы | Задание (Изучить, выполнить, решить, изготовить) | Рекомендуемая литература (Указывается номер из раздела 7) | Количество часов (должно соответствовать указанному в таблице 4.1) |
|---|------|----------------------------|--|--|---|
| | | | | | |

| | | | | | На очном | На заочном |
|---|---------|------------------------------------|-----------------------|--------------------|-------------|---------------|
| 1 | Тема 1. | Письменный доклад Собеседование | Изучить, выполнить | О: [1-11] Д: [1-3] | 4 | 10 |
| 2 | Тема 2. | Письменный доклад Собеседование | Изучить, выполнить | О: [1-11] Д: [1-3] | 4 | 10 |
| 3 | Тема 3. | Реферат-конспект Собеседование | Изучить, выполнить | О: [1-11] Д: [1-3] | 4 | 10 |
| 4 | Тема 4. | Письменный доклад Собеседование | Изучить, выполнить | О: [1-11] Д: [1-3] | 4 | 10 |
| 5 | Тема 5. | Письменный доклад Собеседование | Изучить, выполнить | О: [1-11] Д: [1-3] | 4 | 10 |
| 6 | Тема 6. | Устный доклад Собеседование | Изучить, выполнить | О: [1-11] Д: [1-3] | 4 | 10 |

6.2. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

Методы ИТ - создания компьютерных презентаций, в том числе мультимедийных.

Презентация – это продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой

медиароботу, сопровождающую устное выступление и обеспечивающую эффективность восприятия излагаемого в ходе выступления материала.

Тематика и наполняемость подготавливаемых студентами презентаций определяется тематикой докладов, сообщений и выступлений, которые готовятся по соответствующим вопросам изучаемых тем.

Презентация – это практика комплексного выступления, показа и объяснения материала для аудитории или учащегося с использованием медиароботы. Медиаробота в структуре презентации (далее – презентация) может представлять собой сочетание текста, иллюстраций к нему, гипертекстовых ссылок, компьютерной анимации, графики, видео, музыки и звукового ряда (но не обязательно всё вместе), которые организованы в единую среду, выдержаны в едином графическом стиле. Кроме того, презентация имеет сюжет, сценарий и структуру, организованную для удобного восприятия информации. Отличительной особенностью презентации является её интерактивность, то есть создаваемая для пользователя возможность взаимодействия через элементы управления. Вне зависимости от исполнения презентация должна четко выполнять поставленную цель: помочь донести требуемую информацию об объекте презентации.

Чаще всего презентация представляет собой совокупность слайдов. Но презентация – это не просто слайды с текстом и картинками, сопровождающие выступление. Слайды – всего лишь иллюстративный материал к выступлению, элемент презентации. Презентация – это, по сути, базовые тезисы выступления, акцентирующие внимание слушателей на самом главном. При помощи различных аудиовизуальных способов презентация призвана выступающему сохранять, а слушателям – «видеть» и в

необходимых контекстах оперативно воспроизводить единую смысловую линию в выступлении.

Презентация состоит из слайдов. Целесообразно придерживаться следующего правила: один слайд – одна мысль. Убедительными бывают презентации, когда на одном слайде дается тезис и несколько его доказательств. Чтобы учесть психологические закономерности восприятия информации, при разработке презентаций полезно использовать на слайде не более тридцати слов и пяти пунктов списка. Если на слайде идет список, его необходимо делать параллельным, имеется в виду, что первые слова в начале каждой строки должны стоять в одной и той же форме (падеже, роде, спряжении и т.д.). Обязательно необходимо осмысление целевых заголовков, размер шрифта – не менее 18 пт.

Структурно содержание презентации может выглядеть следующим образом:

1. Титульный лист. Первый слайд содержит название презентации, ее автора, контактную информацию автора.
2. Содержание. Здесь расписывается план презентации, основные её разделы или вопросы, которые будут рассмотрены.
3. Заголовок раздела.
4. Краткая информация, отражающая ведущие идеи выступления. Пункты 3 и 4 повторяются столько, сколько необходимо. Главное тут придерживаться концепции: тезис – аргументы – вывод.
5. Резюме, выводы. Выводы должны быть выражены ясно и лаконично на отдельном слайде.
6. Финальный слайд «Благодарю за внимание».

Методические указания по написанию реферата

- **Реферат.** Реферат (от лат. *refere* - докладывать, сообщать) - продукт самостоятельного творческого осмысления и преобразования текста первоисточника с целью получения новых сведений и существенных данных.

Виды рефератов:

- реферат-конспект, содержащий фактическую информацию в обобщенном виде, иллюстративный материал, различные сведения о методах исследования, результатах исследования и возможностях их применения;
- реферат-резюме, содержащий только основные положения данной темы;
- реферат-обзор, составляемый на основе нескольких источников, в котором сопоставляются различные точки зрения по данному вопросу;
- реферат-доклад, содержащий объективную оценку проблемы;
- реферат - фрагмент первоисточника, составляемый в тех случаях, когда в документе-первоисточнике можно выделить часть, раздел или фрагмент, отражающие информационную сущность документа или соответствующие задаче реферирования;
- обзорный реферат, составляемый на некоторое множество документов-первоисточников и являющийся сводной характеристикой определенного содержания документов.

Выполнение задания:

- 1) выбрать тему, если она не определена преподавателем;
- 2) определить источники, с которыми придется работать;
- 3) изучить, систематизировать и обработать выбранный материал из источников;
- 4) составить план;
- 5) написать реферат:
 - обосновать актуальность выбранной темы;
 - указать исходные данные реферируемого текста (название, где опубликован, в каком году), сведения об авторе (Ф. И. О., специальность, ученая степень, ученое звание);

- сформулировать проблематику выбранной темы;
- привести основные тезисы реферируемого текста и их аргументацию;
- сделать общий вывод по проблеме, заявленной в реферате.

Планируемые результаты самостоятельной работы:

- способность студентов к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения;
- способность логически верно, аргументированно и ясно строить устную и письменную речь.

Методические указания по написанию доклада

-Доклад. Доклад - публичное сообщение или документ, которые содержат информацию и отражают суть вопроса или исследования применительно к данной ситуации.

Виды докладов:

1. Устный доклад - читается по итогам проделанной работы и является эффективным средством разъяснения ее результатов.
2. Письменный доклад: - краткий (до 20 страниц) - резюмирует наиболее важную информацию, полученную в ходе исследования; - подробный (до 60 страниц) - включает не только текстовую структуру с заголовками, но и диаграммы, таблицы, рисунки, фотографии, приложения, сноски, ссылки, гиперссылки.

Выполнение задания:

- 1) четко сформулировать тему (например, письменного доклад);
- 2) изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации: - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.); - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.); - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.); 20
- 3) написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
- 4) написать доклад, соблюдая следующие требования: - к структуре доклада - она должна включать: краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы; - к содержанию доклада - общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
- 5) оформить работу в соответствии с требованиями.

Планируемые результаты самостоятельной работы:

- способность студентов анализировать результаты научных исследований и применять их при решении конкретных образовательных и исследовательских задач;
- готовность использовать индивидуальные креативные способности для оригинального решения исследовательских задач;
- способность решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.

Методические указания по написанию эссе

Эссе студента – это самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем (тема может быть предложена и студентом, но обязательно должна быть согласована с преподавателем). Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. Писать эссе

чрезвычайно полезно, поскольку это позволяет автору научиться четко и грамотно формулировать мысли, структурировать информацию, использовать основные категории анализа, выделять причинно-следственные связи, иллюстрировать понятия соответствующими примерами, аргументировать свои выводы; овладеть научным стилем речи.

Эссе должно содержать: четкое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме. В зависимости от специфики дисциплины формы эссе могут значительно дифференцироваться. В некоторых случаях это может быть анализ имеющихся статистических данных по изучаемой проблеме, анализ материалов из средств массовой информации с использованием изучаемых моделей, подробный разбор предложенной задачи с развернутыми мнениями, подбор и детальный анализ примеров, иллюстрирующих проблему и т.д.

Построение эссе

Построение эссе – это ответ на вопрос или раскрытие темы, которое основано на классической системе доказательств.

При подготовке эссе важно учитывать следующие ведущие признаки соответствия сочинения жанру эссе:

- Наличие конкретной темы или вопроса. Произведение, посвященное анализу широкого круга проблем, по определению не может быть выполнено в жанре эссе. Поэтому тема эссе всегда конкретна, некоторые исследователи говорят о том, что она имеет частный характер. При этом заголовок эссе может не находиться в прямой зависимости от темы: кроме отражения содержания работы он может являться отправной точкой в размышлениях автора, выражать отношение части и целого.

- Личностный характер восприятия проблемы и ее осмысления. Эссе выражает индивидуальные впечатления и соображения по конкретному поводу или вопросу и заведомо не претендует на определяющую или исчерпывающую трактовку предмета. Т.е. в эссе всегда ярко выражена авторская позиция. Эссе – жанр субъективный, оно интересно и ценно именно тем, что дает возможность увидеть личность автора, его мировоззрение, чувства, отношение к миру, своеобразие позиции, стиля мышления.

- Небольшой объем. Каких-либо жестких границ не существует, но даже самый красноречивый эссеист, как правило, ограничивает свое сочинение двумя-тремя десятками страниц (при этом бывает достаточно и одного листа, нескольких емких, побуждающих к размышлению фраз).

- Свободная композиция. Свободная композиция эссе подчинена своей внутренней логике, а основную мысль эссе следует искать в «пестром кружеве» размышлений автора. В этом случае затронутая проблема будет рассмотрена с разных сторон. Исследователи отмечают, что эссе по своей природе устроено так, что не терпит никаких формальных рамок. Оно нередко строится вопреки законам логики, подчиняется произвольным ассоциациям, руководствуется принципом «Все – наоборот!».

- Непринужденность повествования. Автору эссе важно установить доверительный стиль общения с читателем; чтобы быть понятым, целесообразно избегать намеренно усложненных, неясных, излишне «строгих» построений. Специалисты отмечают, что хорошее эссе получается у тех, кто свободно владеет темой, видит ее с различных сторон и готов предъявить читателю не исчерпывающий, но многоаспектный взгляд на явление, ставшее отправной точкой его размышлений.

- Парадоксальность. Эссе призвано удивить читателя – это, по мнению многих специалистов, его обязательное качество. Более того, эссе рождается из удивления, которое возникает у автора при чтении книги, просмотре кинофильма, в разговоре с другом.

Отправной точкой для размышлений, воплощенных в эссе, нередко являются афористическое, яркое высказывание или парадоксальное определение, буквально сталкивающее, на первый взгляд, бесспорные, но взаимно исключающие друг друга утверждения, характеристики, тезисы. Такова, например, тема эссе «Похвала скуке» Иосифа Бродского. Для передачи личностного восприятия, освоения мира автор эссе привлекает многочисленные примеры, проводит параллели, подбирает аналогии, использует всевозможные ассоциации.

- Внутреннее смысловое единство. Возможно, это один из парадоксов жанра. Свободное по композиции, ориентированное на субъективность, эссе вместе с тем обладает внутренним смысловым единством, т.е. согласованностью ключевых тезисов и утверждений, внутренней гармонией аргументов и ассоциаций, непротиворечивостью тех суждений, в которых выражена личностная позиция автора.

- Открытость. Эссе при этом остается принципиально незавершенным – не в том смысле, что автор останавливается на полуслове и намеренно не высказывает своего мнения до конца, а в том, что он не претендует на исчерпывающее ее раскрытие, на полный, законченный анализ.

Особый язык. Для эссе характерно использование многочисленных средств художественной выразительности: метафоры, аллегорические и притчевые образы, символы, сравнения. По речевому построению эссе – это динамичное чередование полемичных высказываний, вопросов, установка на разговорную интонацию и лексику.

Структура эссе

1. Титульный лист (заполняется по единой форме);

2. Введение – суть и обоснование выбора данной темы, состоит из ряда компонентов, связанных логически и стилистически.

На этом этапе очень важно правильно ***сформулировать вопрос, на который вы собираетесь найти ответ в ходе своего исследования.***

При работе над Введением могут помочь ответы на следующие вопросы: «Надо ли давать определения терминам, прозвучавшим в теме эссе?», «Почему тема, которую я раскрываю, является важной в настоящий момент?», «Какие понятия будут вовлечены в мои рассуждения по теме?», «Могу ли я разделить тему на несколько более мелких подтем?».

2. Основная часть – теоретические основы выбранной проблемы и изложение основного вопроса.

Данная часть предполагает развитие аргументации и анализа, а также обоснование их, исходя из имеющихся данных, других аргументов и позиций по этому вопросу. В этом заключается основное содержание эссе и это представляет собой главную трудность. Поэтому важное значение имеют подзаголовки, на основе которых осуществляется структурирование аргументации; именно здесь необходимо обосновать (логически, используя данные или строгие рассуждения) предлагаемую аргументацию/анализ. Там, где это необходимо, в качестве аналитического инструмента можно использовать графики, диаграммы и таблицы.

В зависимости от поставленного вопроса анализ проводится на основе следующих категорий: причина - следствие, общее - особенное, форма - содержание, часть - целое, постоянство - изменчивость.

В процессе построения эссе необходимо помнить, что один параграф должен содержать только одно утверждение и соответствующее доказательство, подкрепленное графическим и иллюстративным материалом. Следовательно, наполняя содержанием разделы аргументацией (соответствующей подзаголовкам), необходимо в пределах параграфа ограничить себя рассмотрением одной главной мысли.

Хорошо проверенный (и для большинства – совершенно необходимый) способ построения любого эссе – использование подзаголовков для обозначения ключевых моментов аргументированного изложения: это помогает посмотреть на то, что

предполагается сделать (и ответить на вопрос, хорош ли замысел). Такой подход поможет следовать точно определенной цели в данном исследовании. Эффективное использование подзаголовков – не только обозначение основных пунктов, которые необходимо осветить. Их последовательность может также свидетельствовать о наличии или отсутствии логичности в освещении темы.

4. **Заключение** – обобщения и аргументированные выводы по теме с указанием области ее применения и т.д. Подытоживает эссе или еще раз вносит пояснения, подкрепляет смысл и значение изложенного в основной части. Методы, рекомендуемые для составления заключения: повторение, иллюстрация, цитата, впечатляющее утверждение. Заключение может содержать такой очень важный, дополняющий эссе элемент, как указание на применение (импликацию) исследования, не исключая взаимосвязи с другими проблемами.

Структура аппарата доказательств, необходимых для написания эссе

Доказательство – это совокупность логических приемов обоснования истинности какого-либо суждения с помощью других истинных и связанных с ним суждений. Оно связано с убеждением, но не тождественно ему: аргументация или доказательство должны основываться на данных науки и общественно-исторической практики, убеждения же могут быть основаны на предрассудках, неосведомленности людей в вопросах экономики и политики, видимости доказательности. Другими словами, доказательство или аргументация – это рассуждение, использующее факты, истинные суждения, научные данные и убеждающее нас в истинности того, о чем идет речь.

Структура любого доказательства включает в себя три составляющие: тезис, аргументы и выводы или оценочные суждения.

Тезис – это положение (суждение), которое требуется доказать.

Аргументы – это категории, которыми пользуются при доказательстве истинности тезиса.

Вывод – это мнение, основанное на анализе фактов.

Оценочные суждения – это мнения, основанные на наших убеждениях, верованиях или взглядах.

Аргументы обычно делятся на следующие группы:

1. **Удостоверенные факты** – фактический материал (или статистические данные).
2. **Определения** в процессе аргументации используются как описание понятий, связанных с тезисом.
3. **Законы** науки и ранее доказанные теоремы тоже могут использоваться как аргументы доказательства.

Требования к фактическим данным и другим источникам

При написании эссе чрезвычайно важно то, как используются эмпирические данные и другие источники (особенно качество чтения). Все (фактические) данные соотносятся с конкретным временем и местом, поэтому прежде, чем их использовать, необходимо убедиться в том, что они соответствуют необходимому для исследований времени и месту. Соответствующая спецификация данных по времени и месту – один из способов, который может предотвратить чрезмерное обобщение, результатом которого может, например, стать предположение о том, что все страны по некоторым важным аспектам одинаковы (если вы так полагаете, тогда это должно быть доказано, а не быть голословным утверждением).

Всегда можно избежать чрезмерного обобщения, если помнить, что в рамках эссе используемые данные являются иллюстративным материалом, а не заключительным актом, т.е. они подтверждают аргументы и рассуждения и свидетельствуют о том, что автор умеет использовать данные должным образом. Нельзя забывать также, что данные, касающиеся спорных вопросов, всегда подвергаются сомнению. От автора не ждут определенного или окончательного ответа. Необходимо понять сущность фактического материала, связанного с

этим вопросом (соответствующие индикаторы? насколько надежны данные для построения таких индикаторов? к какому заключению можно прийти на основании имеющихся данных и индикаторов относительно причин и следствий? и т.д.), и продемонстрировать это в эссе. Нельзя ссылаться на работы, которые автор эссе не читал сам.

Как подготовить и написать эссе?

Качество любого эссе зависит от трех взаимосвязанных составляющих, таких как:

1. Исходный материал, который будет использован (конспекты прочитанной литературы, лекций, записи результатов дискуссий, собственные соображения и накопленный опыт по данной проблеме).

2. Качество обработки имеющегося исходного материала (его организация, аргументация и доводы).

3. Аргументация (насколько точно она соотносится с поднятыми в эссе проблемами).

Процесс написания эссе можно разбить на несколько стадий: обдумывание – планирование – написание – проверка – правка.

Планирование – определение цели, основных идей, источников информации, сроков окончания и представления работы.

Цель должна определять действия.

Идеи, как и цели, могут быть конкретными и общими, более абстрактными. Мысли, чувства, взгляды и представления могут быть выражены в форме аналогий, ассоциации, предположений, рассуждений, суждений, аргументов, доводов и т.д.

Аналогии – выявление идеи и создание представлений, связь элементов значений.

Ассоциации – отражение взаимосвязей предметов и явлений действительности в форме закономерной связи между нервно-психическими явлениями (в ответ на тот или иной словесный стимул выдать «первую пришедшую в голову» реакцию).

Предположения – утверждение, не подтвержденное никакими доказательствами.

Рассуждения – формулировка и доказательство мнений.

Аргументация – ряд связанных между собой суждений, которые высказываются для того, чтобы убедить читателя (слушателя) в верности (истинности) тезиса, точки зрения, позиции.

Суждение – фраза или предложение, для которого имеет смысл вопрос: истинно или ложно?

Доводы – обоснование того, что заключение верно абсолютно или с какой-либо долей вероятности. В качестве доводов используются факты, ссылки на авторитеты, заведомо истинные суждения (законы, аксиомы и т.п.), доказательства (прямые, косвенные, «от противного», «методом исключения») и т.д.

Перечень, который получится в результате перечисления идей, поможет определить, какие из них нуждаются в особенной аргументации.

Источники. Тема эссе подскажет, где искать нужный материал. Обычно пользуются библиотекой, Интернет-ресурсами, словарями, справочниками. Пересмотр означает редактирование текста с ориентацией на качество и эффективность.

Качество текста складывается из четырех основных компонентов: ясности мысли, внятности, грамотности и корректности.

Мысль – это содержание написанного. Необходимо четко и ясно формулировать идеи, которые хотите выразить, в противном случае вам не удастся донести эти идеи и сведения до окружающих.

Внятность – это доступность текста для понимания. Легче всего ее можно достичь, пользуясь логично и последовательно тщательно выбранными словами, фразами и взаимосвязанными абзацами, раскрывающими тему.

Грамотность отражает соблюдение норм грамматики и правописания. Если в чем-то сомневаетесь, загляните в учебник, справьтесь в словаре или руководстве по стилистике или дайте прочитать написанное человеку, чья манера писать вам нравится.

Корректность – это стиль написанного. Стиль определяется жанром, структурой работы, целями, которые ставит перед собой пишущий, читателями, к которым он обращается.

Методические рекомендации по подготовке к коллоквиуму (собеседованию)

Коллоквиумом называется собеседование преподавателя и студента по заранее определенным контрольным вопросам. Целью коллоквиума является формирование у студента навыков анализа теоретических проблем на основе самостоятельного изучения учебной и научной литературы. На коллоквиум выносятся крупные, проблемные, нередко спорные теоретические вопросы. Упор делается на монографические работы.

От студента требуется:

- владение изученным в ходе учебного процесса материалом, относящимся к рассматриваемой проблеме;
- знание разных точек зрения, высказанных в научной литературе по соответствующей проблеме, умение сопоставлять их между собой;
- наличие собственного мнения по обсуждаемым вопросам и умение его аргументировать.

Коллоквиум – это не только форма контроля, но и метод углубления, закрепления знаний студентов, так как в ходе собеседования преподаватель разъясняет сложные вопросы, возникающие у студента в процессе изучения данного источника. Однако коллоквиум не консультация и не экзамен. Его задача добиться глубокого изучения отобранного материала, пробудить у студента стремление к чтению дополнительной научной литературы по изучаемой дисциплине.

Подготовка к коллоквиуму

Подготовка к коллоквиуму начинается с установочной консультации преподавателя, на которой он разъясняет развернутую тематику проблемы, рекомендует литературу для изучения и объясняет процедуру проведения коллоквиума. Как правило, на самостоятельную подготовку к коллоквиуму студенту отводится 3-4 недели. Методические указания состоят из рекомендаций по изучению источников и литературы, вопросов для самопроверки и кратких конспектов ответа с перечислением основных фактов и событий, относящихся к пунктам плана каждой темы. Это должно помочь студентам целенаправленно организовать работу по овладению материалом и его запоминанию. При подготовке к коллоквиуму следует, прежде всего, просмотреть конспекты лекций и практических занятий и отметить в них имеющиеся вопросы коллоквиума. Если какие-то вопросы вынесены преподавателем на самостоятельное изучение, следует обратиться к учебной литературе, рекомендованной преподавателем в качестве источника сведений.

Коллоквиум проводится в форме индивидуальной беседы преподавателя с каждым студентом или беседы в небольших группах (2-3 человека). Обычно преподаватель задает несколько кратких конкретных вопросов, позволяющих выяснить степень добросовестности работы с литературой, проверяет конспект. Далее более подробно обсуждается какая-либо сторона проблемы, что позволяет оценить уровень понимания.

6.3. Материалы для проведения текущего и промежуточного контроля знаний студентов

Контроль освоения компетенций

| № п\п | Вид контроля | Контролируемые темы (разделы) | Компетенции, компоненты которых контролируются |
|-------|------------------------------------|-------------------------------|--|
| 1 | Собеседование Проверка реферата | Тема 1. | УК-8, ПК-4 |

| | | | |
|---|------------------------------------|---------|------------|
| 2 | Собеседование Проверка реферата | Тема 2. | УК-8, ПК-4 |
| 3 | Собеседование Проверка реферата | Тема 3. | УК-8, ПК-4 |
| 4 | Собеседование Проверка реферата | Тема 4. | УК-8, ПК-4 |
| 5 | Собеседование Проверка реферата | Тема 5. | УК-8, ПК-4 |
| 6 | Собеседование Проверка реферата | Тема 6. | УК-8, ПК-4 |

Материалы для проведения текущего контроля знаний и промежуточной аттестации составляют отдельный документ – **Фонд оценочных средств по дисциплине- Механизмы адаптивного поведения Приложение 1**

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины

7. 1. Учебная литература:

Основная литература

1. Волощенко, А. Е. Безопасность жизнедеятельности / Волощенко А.Е., Прокопенко Н.А., Косолапова Н.В.; Под ред. Арустамова Э.А., - 20-е изд., перераб. и доп. - М.: Дашков и К, 2018. - 448 с. - URL:<http://znanium.com/bookread2.php?book=513821>
2. Никифоров, Л.Л. Безопасность жизнедеятельности / Никифоров Л.Л. - М.: Дашков и К, 2017. - 496 с. - URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=415279>
3. Холостова, Е.И. Безопасность жизнедеятельности / Холостова Е.И., Прохорова О.Г. - М.: Дашков и К, 2017. - 456 с. - URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=415043>

2. Дополнительная литература:

1. Айзман Р.И. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности: учеб. Пособие / Р.И. Айзман, С.В.Петров, В.М. Ширшова. — Новосибирск: АРТА, 2011. — 208 с
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для высш. проф. образования/ [С.А. Полиевский и др.]; под ред. С.А. Полиевского. - Москва: Академия, 2013.- 368 с. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт) (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 361-363. - Словарь: с. 286-314. - Учебник соответствует Федер. гос. образоват. стандарту по направлению подготовки "Физическая культура", "Адаптивная физическая культура" (квалификация "бакалавр"). - ISBN 978-5-7695-9141-9. 3.Петров С.В. Социальные опасности и защита от них / С.В. Петров, Л.А.Гиренко, И.П.Слинькова. - Новосибирск: АРТА, 2011.

7.2. Интернет-ресурсы

Наряду с традиционными изданиями студенты и сотрудники имеют возможность пользоваться электронными полнотекстовыми базами данных:

4. Правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.garant.ru>
5. <http://www.zaroved.ru> (сайт «ООПТ РФ»)
6. <http://www.ecosystema.ru> (фото географических объектов РФ)
7. <http://www.kosmosnimki.ru> (сайт космических снимков территории России)
- 5.e-Library.ru [Электронный ресурс]: Научная электронная библиотека. – URL: <http://elibrary.ru/>.
- 6.Электронно-библиотечная система IPRbooks [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/>. – Доступ к системе согласно правилам ЭБС и договором университета с ЭБС.

7.3. Программное обеспечение

| Наименование программы и информационно – справочных систем |
|---|
| 1. Лицензионное программное обеспечение, используемое в ИнГУ: 1.1. Microsoft Windows 7, Windows 8, Windows 8.1, Windows 10 1.2. Microsoft Windows server 2003, 2008, 2012, 2016 1.3. Microsoft Office 2007, 2010, 2016 1.4. Антивирусное ПО Kaspersky endpoint security 1.5. Справочно-правовая система “Гарант” |

7.4. Материально-техническое обеспечение

Стандартно оборудованные учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, лабораторных работ, индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы: Yandex, Rambler. Информационно-поисковая система библиотеки ИнГУ.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «7» августа 202г. № 920

Программу составил:

старший преподаватель каф. географии и БЖД _____М.Б,Арчакова

Программа одобрена на заседании кафедры «География. БЖД»

Протокол №6 от «29» января 2025 года

Программа одобрена Учебно-методической комиссией Педагогического факультета

Протокол № 4 от «06» февраля 2025 года

Сведения о переутверждении программы на очередной учебный год и регистрации изменений

| Учебный год | Решение кафедры (№ протокола, дата) | Внесенные изменения | Подпись зав. кафедрой |
|--------------------|--|----------------------------|----------------------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНГУШСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

КАФЕДРА «ГЕОГРАФИЯ. БЖД»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательной программы

_____/ М.И. Китиева

«29» января 2025г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. декана педагогического факультета

_____/М.Р. Бекова

«06» февраля 2025г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.05.02 «МЕХАНИЗМЫ АДАПТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ»

Направление подготовки (бакалавриат)

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль подготовки)

География. Безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Магас, 2025 г.

1. Паспорт фонда оценочных средств

| № п п | Контролируемые темы дисциплины | Контролиру емые компетенци и (их части) | Другие оценочные средства | |
|-------------|---|--|---|---|
| | | | Вид | Наименование |
| 1 | Введение в предмет «Механизмы адаптивного поведения» | ПК-4 УК-8 | Тест, опрос, доклад реферат | Тесты, задания, коллоквиум, семинары |
| 2 | Особенности поведения личности в экстремальных ситуациях | ПК-4 УК-8 | Тест, опрос доклад реферат | Доклады, рефераты эссе, семинары |
| 3 | Психофизиологические механизмы адаптивного поведения | ПК-4 УК-8 | Тест, Опрос реферат | Задания, тесты, семинары, доклады |
| 4 | Психоэмоциональная оценка опасности | ПК-4 УК-8 | Опрос Тест, опрос, доклад реферат | Коллоквиум, семинары рефераты |
| 5 | Психофизиологические механизмы обеспечения безопасного поведения | ПК-4 УК-8 | Тест, опрос | Задания, тесты, семинары |
| 6 | Методы развития психофизических возможностей | ПК-4 УК-8 | Тест, опрос, доклад реферат | Задания, тесты, коллоквиум |

1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Шкала оценивания, показатели и критерии оценивания образовательных результатов обучающегося во время текущей аттестации

| Шкала оценивания | Показатели и критерии оценивания |
|---------------------|----------------------------------|
|---------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------------|---|
| 5, «отлично» | Оценка «отлично» ставится, если студент строит ответ логично в соответствии с планом, показывает максимально глубокие знания профессиональных терминов, понятий, категорий, концепций и теорий. Устанавливает содержательные межпредметные связи. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры. |
| 4, «хорошо» | Оценка «хорошо» ставится, если студент строит свой ответ в соответствии с планом. В ответе представлены различные подходы к проблеме, но их обоснование недостаточно полно. Устанавливает содержательные межпредметные связи. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит необходимые примеры, однако показывает некоторую непоследовательность анализа. Выводы правильны. Речь грамотна, используется профессиональная лексика. |
| 3, «удовлетворительно» | Оценка «удовлетворительно» ставится, если ответ недостаточно логически выстроен, план ответа соблюдается непоследовательно. Студент обнаруживает слабость в развернутом раскрытии профессиональных понятий. Выдвигаемые положения декларируются, но недостаточно аргументированы. Ответ носит преимущественно теоретический характер, примеры ограничены, либо отсутствуют. |
| 2, «неудовлетворительно» | Оценка «неудовлетворительно» ставится при условии недостаточного раскрытия профессиональных понятий, категорий, концепций, теорий. Студент проявляет стремление подменить научное обоснование проблем рассуждениями обыденно-повседневного бытового характера. Ответ содержит ряд серьезных неточностей. Выводы поверхностны |

Шкала оценивания, показатели и критерии оценивания образовательных результатов обучающегося на зачете по дисциплине

| Результат зачета | Показатели и критерии оценивания образовательных результатов |
|------------------|---|
| <i>гр.1</i> | <i>гр.2</i> |
| зачтено | Результат «зачтено» выставляется обучающемуся, если средний балл его текущей аттестации по дисциплине входит в данный диапазон. При этом, обучающийся на учебных занятиях и по результатам самостоятельной работы демонстрировал знание материала, грамотно и по существу излагал его, не допускал существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно использовал в ответах учебно-методический материал исходя из специфики практических вопросов и задач, владел необходимыми навыками и приёмами их выполнения. Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне от достаточного до высокого. |
| не зачтено | Результат «не зачтено» выставляется обучающемуся, если средний балл его текущей аттестации по дисциплине входит в данный диапазон. При этом, обучающийся на учебных занятиях и по результатам самостоятельной работы демонстрирует незнание значительной части |

| Результат зачета | Показатели и критерии оценивания образовательных результатов |
|------------------|--|
| <i>гр.1</i> | <i>гр.2</i> |
| | <p>программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.</p> <p>Как правило, «не зачтено» ставится обучающимся, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.</p> <p>Учебные достижения в семестровый период и результаты рубежного контроля демонстрируют невысокую (недостаточную) степень овладения программным материалом.</p> <p>Компетенции, закреплённые за дисциплиной, не сформированы</p> |

- 2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций используются следующие типовые контрольные задания**

Материалы для подготовки к промежуточной аттестации

Вопросы к зачету

1. Цели задачи курса, его значение для педагогов специального образования.
2. Связь данного курса с психологопедагогическими дисциплинами.
3. Теория функциональных систем (А.П. Анохин), как основа системы самозащиты.
4. Формы защитного поведения при стрессе.
5. Механизмы регуляции поведения в экстремальных ситуациях.
6. Адаптивные реакции в режиме функционального напряжения.
7. Адаптивные реакции в режиме функциональной релаксации.
8. Ориентировочные и оборонительные реакции.
9. Условно и безусловно рефлексорные уровни регуляции адаптивного поведения.
10. Критерии оценки психофизиологических параметров.
11. Цикличность эмоциональных переживаний.
12. Боль как критерий психоэмоциональной оценки опасности.
13. Психофизиологические механизмы социальной адаптации. Социальные роли. Половое поведение. Агрессивное поведение. Механизмы психологической защиты.
14. Комплекс упражнений для произвольной регуляции мышечного напряжения и эмоциональных состояний.
15. Упражнения для произвольной регуляции дыхания и координации движений.
16. Техника и тактика защиты от ударов, болевых и удушающих захватов.

Написание и защита рефератов.

С докладами и рефератами студенты могут выступить на практических занятиях и ежегодной студенческой научно-практической конференции.

Примерные темы:

1. Введение в предмет «Механизмы адаптивного поведения»
2. Цели задачи курса, его значение для педагогов специального образования.

3. Связь данного курса с психологопедагогическими дисциплинами.
4. Особенности поведения личности в экстремальных ситуациях.
5. Теория функциональных систем (А.П.Анохин), как основа системы самозащиты.
6. Формы защитного поведения при стрессе.
7. Механизмы регуляции поведения в экстремальных ситуациях.
8. Психофизиологические механизмы адаптивного поведения.
9. Адаптивные реакции в режиме функционального напряжения.
10. Адаптивные реакции в режиме функциональной релаксации.
11. Ориентировочные и оборонительные реакции.
12. Условно и безусловно рефлекторные уровни регуляции адаптивного поведения.
13. Психоэмоциональная оценка опасности.
14. Критерии оценки психофизиологических параметров.
15. Цикличность эмоциональных переживаний.
16. Боль как критерий психоэмоциональной оценки опасности.
17. Психофизиологические механизмы обеспечения безопасного поведения.
18. Психофизиологические механизмы социальной адаптации.
19. Социальные роли.
20. Половое поведение.
21. Агрессивное поведение.
22. Механизмы психологической защиты.
23. Методы развития психофизических возможностей.
24. Комплекс упражнений для произвольной регуляции мышечного напряжения и эмоциональных состояний.
25. Упражнения для произвольной регуляции дыхания и координации движений.
26. Техника и тактика защиты от ударов, болевых и удушающих захватов.

критерии оценки реферата:

Изложенное понимание реферата как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: новизна текста; обоснованность выбора источника; степень раскрытия сущности вопроса; соблюдения требований к оформлению.

Новизна текста: а) актуальность темы исследования; б) новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); в) умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал; г)

явленность авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений; д) стилевое единство текста, единство жанровых черт.

Степень раскрытия сущности вопроса: а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме).

Обоснованность выбора источников: а) оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.).

Соблюдение требований к оформлению: а) насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) оценка грамотности и культуры изложения (в т.ч. орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение терминологией; в) соблюдение требований к объёму реферата.

в) описание шкалы оценивания:

Оценка 5(отлично) ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка 4(хорошо) – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка 3(удовлетворительно) – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка 2(неудовлетворительно) – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы

Тестовые задания

Тестовые задания по теме « Социальная адаптация»

Тест 1

1. Заполните пропуски.

Задача _____ процесса - это проблема выживания _____, через _____ потенциалов организма индивида с _____ природной и _____ среды.

2. Что относится к понятию «адаптация» (2 ответа)?

- А) занимает одно из центральных мест в биологии.
- Б) это состояние психологической напряженности в процессе деятельности в сложных условиях
- В) приспособление живого организма к условиям окружающей среды

Г) совокупность реакций организма человека в ответ на неблагоприятные воздействия

3. Применительно к какой науке адаптация обозначает процесс приспособления человека к условиям социальной среды?

А) Физиология Б) Социология В) Биология Г) Антропология

4. Заполните пропуски

Адаптация – это _____ этап процесса _____ и интеграции _____ в _____ образовательную, профессиональную _____, основанный на реальном, _____, регулярном _____ с ним.

5. Выберите правильный ответ. Понятие социализации ввел в научный оборот:

а) русский ученый М. В. Ломоносов; б) австрийский врач З. Фрейд; в) американский социолог Ф. Гиддингс.

6. Соотнесите понятия А) _____ Б) _____ В) _____ Г) _____

А) Смысл адаптации Б)

Функция адаптации

В) Результат, итог процесса адаптации Г)

Роль социальной адаптации

1) принятие личностью норм и ценностей среды, будь то социальная общность, организация, институт, а также включение человека в различные формы

предметной деятельности и взаимодействия, имеющиеся в этих социальных образованиях.

2) адаптированность

3) позволяет включить личность в процессы, протекающие в непосредственной социальной среде, и в то же время является одним из средств изменения личности и среды.

4) освоение относительно стабильных условий среды, решение повторяющихся, типичных проблем путем использования принятых способов социального поведения, действия.

7. Что чаще всего является непосредственным толчком к началу процесса социальной адаптации?

8. Заполните таблицу, выстроив по порядку стадии адаптации и соотнесите с определениями.

А) аккомодация Б) ассимиляция В) начальная стадия Г) стадия терпимости

1) когда индивид или группа осознают, как они должны вести себя в новой для них социальной среде, но еще не готовы признать и принять систему ценностей новой среды и стремятся придерживаться прежней системы ценностей;

2) когда индивид, группа и новая среда проявляют взаимную терпимость к системам ценностей и образцам поведения друг друга;

3) полное совпадение систем ценностей индивида, группы и среды.

4) признание и принятие индивидом основных элементов системы ценностей новой среды при одновременном признании некоторых ценностей индивида, группы новой социальной средой;

| | | |
|-----|--|--|
| I | | |
| II | | |
| III | | |
| IV | | |

9. Что предусматривает профессиональная адаптация?

1) _____ 2) _____ 3) _____

10. Назовите показатели профессиональной адаптированности

11. Какой адаптацией является процесс вхождения новичка в новый для него коллектив, формирования личностных связей и отношений с другими людьми? ____

12. Как называется форма социальной адаптации, когда индивид стремится воздействовать на среду с тем, чтобы вызвать реакцию изменения (в том числе тех норм, ценностей, форм взаимодействия и деятельности, которые он должен освоить)?

13. В большой степени значимыми для социальной адаптации являются социально-демографические характеристики индивида. Какие именно?

А) пол Б) возраст В) уровень образования Г) доходы.

Тест 2

1. Что из перечисленного является показателями низкой социальной адаптации:

- А) высокий социальный статус индивида в данной среде,
Б) стремление индивида к перемещению в другую социальную среду В)
психологическая удовлетворенность средой в целом и ее наиболее

важными для него элементами

Г) аномия и отклоняющееся поведение

2. Физиологическая адаптация бывает двух видов: _____ и _____

3. Заполните пропуски.

При срочной _____ адаптации на организм воздействует необычная _____, которая изменяет ответ раздражителя. _____ может быть как всего _____, так и одного _____ или системы.

_____ физиологическая _____ возникает чаще всего при систематическом воздействии _____, его _____ возникновении.

4. Какой вид адаптации означает приспособление к системе образования, обучения и воспитания, которые формируют систему ценностных ориентиров индивида?

- А) Экономическая Б) Организационная
В) Педагогическая Г) Психологическая

5. Восстановите порядок слов и составьте определение:

Состояние в процессе стресс психологической обстоятельства деятельности в сложных жизни напряженности условиях как так и при условиях повседневной особых

_____ - _____

6. Напишите определение

Адаптационный синдром – это _____

7. Расставьте по порядку стадии социализации и соотнесите их с описанием.

А) Трудовая стадия Б) Первичная социализация В) Стадия интеграции Г) Стадия индивидуализации Д) Послетрудовая (пенсионная) стадия

1) появляется желание найти свое место в обществе как бы вписаться в общество.

2) стадия адаптации (от рождения до подросткового периода), когда ребенок усваивает социальный опыт не критически, он адаптируется, приспосабливается, подражает.

3) появляется желание выделить себя среди других и критическое отношение к общественным нормам поведения.

4) воспринимается как пожилой пенсионный возраст, когда человек вносит существенный вклад в воспроизводство социального опыта и передачу его новым поколениям.

5) охватывает весь период социальной зрелости человека, то есть период его трудовой деятельности, когда человек не только усваивает социальный опыт, но и воспроизводит его за счёт активного воздействия на среду своего обитания через свою деятельность.

| I | II | III | IV | V |
|---|----|-----|----|---|
| | | | | |
| | | | | |

8. Какие варианты поведения индивида возможны, если стадия интеграции проходит не успешно, и если свойства человека не принимаются группой и обществом?

1) _____ 2) _____ 3) _____

9. Заполните пропуски

_____ **социализации** - это конкретные _____, ответственные за обучение _____ нормам и освоение _____ ролей.

10. Восстановите порядок слов в определении и запишите.

Влияющие институты его учреждения и направляющие на процесс социализации социализации _____ - это _____

11. Распределите представленные агенты соц.адаптации в соответствующие строки таблицы:

Государства, семья, церкви, полиция, сверстники, администрация школы, институты, друзья семьи, сотрудники СМИ, учителя, лидеры молодежных группировок, партии, армия

| | |
|--|--|
| Агенты первичной социализации | |
| Агенты вторичной социализации | |

12. Расставьте по порядку и соотнесите с определением

| | | |
|-----|--|--|
| I | | |
| II | | |
| III | | |

1) Ответ на «вызов среды» 2) Адаптационный шок 3) Мобилизация адаптационных ресурсов

А) для субъектов, сумевших пережить стадию адаптационного шока, наступает этап глубокого осмысления ситуации и концентрации усилий на сознательном поиске выхода из неё

Б) общее расстройство функций социального субъекта или системы, вследствие какого-либо потрясения социогенного характера, вызванного резким нарушением привычного взаимодействия с внешней средой

В) представляет собой реализацию конкретной модели поведения и деятельности, которые выбираются субъектом с учётом собственных адаптивных ресурсов и возможностей, представлений о происходящем, а также основных характеристик социальной среды, в которой протекает процесс социальной адаптации.

13. Какие основные механизмы соц.адаптации выделяют?

_____ и _____

14. Какие механизмы соц.адаптации направлены на формирование и развитие психики субъекта, воздействие на неё различных факторов социальной среды и приспособление психического склада индивида под требования среды?

15. Соотнесите названия составляющих социально-психологических механизмов и их содержание. 1)_____2)_____3)_____

- 1) когнитивные механизмы,
- 2) эмоциональные механизмы,
- 3) поведенческие механизмы,

А) позволяют субъекту приспособиться к среде через те эмоциональные состояния, которые она вызывает. К этим механизмам можно отнести такие как страх, беспокойство, тревога, покой и т.п.

Б) представляют собой выбор и реализацию субъектом в новой для него ситуации определённой модели поведения и деятельности.

В) приспособление к среде через её исследование, изучение и познание. К ним относятся механизмы воображения, мышления, познавательной деятельности.

16. Соотнесите основные формы адаптационного поведения с описанием.

| Конформизм | Инновация | Ритуализм | Ретритизм | Мятеж, бунт |
|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|
| | | | | |
| | | | | |

- 1) обновление субъектом среды,
- 2) подчинение субъекта среде,
- 3) «уход» субъекта от среды, его самоизоляция
- 4) преобразование субъектом среды,
- 5) внешняя благопристойность,

А) при которой адаптация субъекта к среде происходит через внешнее следование требованиям, предъявляемым к нему; при этом, собственные, внутренние мотивы и цели субъекта могут и не совпадать с аналогичными характеристиками его нового социального окружения.

Б) когда он полностью выполняет новые требования, предъявляемые к нему;

В) когда освоение среды осуществляется субъектом через определённые изменения её отдельных сторон, свойств и характеристик.

Г) когда субъект стремится полностью преобразовать среду в соответствии со своими представлениями о ней.

Д) такая форма поведения избирается субъектом, чаще всего, при недостаточности его собственных социальных и личностных ресурсов для преодоления стадии адаптационного шока, или, когда собственные цели и интересы субъекта принципиально не совпадают и не могут совпасть с аналогичными характеристиками среды.

17. Восстановите определение

Относительно состояние дезадаптация воздействия следствием кратковременное новых ситуативное являющееся изменившейся раздражителей непревычных среды равновесия и требованиями среды и сигнализирующее между деятельностью о нарушении психической

18. Назовите наиболее часто встречающиеся причины дезадаптации

- 1) _____ 2) _____ 3) _____

19. По каким признакам можно понять, что у человека имеется дезадаптация? 1) _____ 2) _____ 3) _____ 4) _____

Тест по теме «Основополагающие международные документы по правам человека»

1. Что включает в себя Международный билль о правах человека?
А) Международный пакт об экономических, социальных и культурных правах человека
Б) Конвенция ООН о правах ребенка
В) Международный пакт о гражданских и политических правах человека Г)
Всеобщая декларация прав человека
Д) Конвенция ООН о правах инвалидов
2. В каком году образована Организация Объединенных Наций? А)
1940 Б) 1945 В) 1948 Г) 1950
3. На 183-м пленарном заседании Генеральной Ассамблеи ООН Всеобщая декларация прав человека была принята абсолютным большинством голосов. Когда это произошло?
А) 3 января 1976 г Б) 23 марта 1976 г В) 10 декабря 1948 г Г) 4 ноября 1950 г
4. Почему именно в период разработки Устава ООН проблема создания механизма международной защиты в области прав человека стала столь актуальной?
1) _____
2) _____

5. Какая страна выступала инициатором создания Всеобщей декларации прав человека. Чем это можно объяснить?

6. Назовите три уровня современной защиты прав человека
1) _____ 2) _____ 3) _____
7. Какие действия предпринимают государства, ратифицировав тот или иной договор в области защиты прав человека?

8. Из чего состоит концепция прав и свобод человека, закрепленная во Всеобщей декларации?
1) _____ 2) _____
3) _____ 4) _____
9. Сколько статей Конституции РФ прямо или косвенно затрагивают вопросы прав, свобод и обязанностей человека и гражданина и роль государства в их признании и защите? _____
10. Когда был подписан Устав Совета Европы? Где находится штаб-квартира этой организации (город)? _____
11. Что является целями Совета Европы в соответствии с Уставом этой международной структуры?

12. Когда вступила в силу Европейская Конвенция о защите прав человека и основных свобод? _____

13. Какие Протоколы Европейской Конвенции о защите прав человека и основных свобод на данный момент НЕ ратифицировала Россия? _____

14. Чему посвящен 1 раздел Европейской Конвенции?

Чему посвящен 2 раздел Европейской конвенции?

15. Какая статья Европейской Конвенции (или Протокола) закрепляет следующие права:

1) запрещение пыток, бесчеловечного или унижающего достоинство обращения с человеком или его наказания _____

2) право на справедливое судебное разбирательство _____

3) наказание исключительно на основании закона, запрещение применения обратной силы в уголовном законодательстве _____

4) право на уважение частной, личной и семейной жизни, на неприкосновенность жилища, корреспонденции _____

5) право на вступление в брак и создание семьи, равенство супругов _____

6) запрещение дискриминации _____

8) запрещение лишения свободы за долги _____

9) право на обжалование приговоров по уголовным делам во второй инстанции, право не быть судимым или наказанным _____

16. Какой орган Совета Европы является авторитетнейшим и мощнейшим механизмом, обеспечивающим и гарантирующим реализацию прав человека в мире? _____

17. Какая инстанция, существовавшая до 1998 года, принимала решения о приемлемости обращений и передавала их в Европейский Суд, приняв для начала все необходимые меры для примирения сторон и изучив материалы дела?

18. Заполните пропуски.

Число судей, заседающих в _____, согласно его учреждению в соответствии с Конвенцией и с поправками, внесенными Протоколом № __, равно числу _____ Конвенции. В соответствии со ст.

_____ Конвенции _____ избираются сроком на _____ и не могут быть _____ . Сроки _____ судей истекают по достижении ими _____ возраста. После _____ судьи

_____ в рассмотрении уже поступивших к ним дел. Для _____ судьи от должности необходимо, чтобы остальные судьи _____ голосов приняли решение о том, что судья более _____ предъявляемым требованиям. Конвенция требует, чтобы судьи обладали _____ качествами и либо удовлетворяли требованиям, предъявляемым при назначении на высокие судебные должности, либо были _____. Члены Суда участвуют в работе Суда в _____ качестве

не _____. Они не должны занимать
никаких _____, несовместимых с их _____
и _____
_____ как членов Суда или с требованиями, накладываемыми
_____ на полную рабочую неделю.

19. Что входит в компетенцию единоличного судьи Европейского Суда?

20. Какие решения принимаются на Пленарных заседаниях Европейского Суда? 1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

21. Сколько судей входит в состав комитет Европейского Суда? _____
В отношении жалобы, поданной в соответствии со статьей 34 (индивидуальной жалобы),
комитет вправе единогласно принять одно из следующих решений:

1) _____

2) _____

22. Сколько судей участвуют в Палате Европейского Суда по
правам человека? _____

23. Сколько судей составляют Большую Палату Европейского Суда по правам человека?

24. Когда вступил в силу Международный пакт _____ об экономических, социальных и
культурных правах?

1) 3 мая 2008 г. 2) 3 января 1976 г. 3) 10 декабря 1948 г. 4) 16 декабря 1966 г.

25. Какой орган наблюдает за соблюдением государствами-участниками своих обязательств
по пакту и уровнем осуществления соответствующих прав и обязанностей? _____

26. Какие статьи Международного пакта об экономических, социальных и культурных
правах защищают следующие права?

1) право на справедливые и благоприятные условия труда _____

2) право на социальное обеспечение _____

3) защита семьи, материнства и детей _____

4) право на достаточный жизненный уровень (включает право на жилище и на питание) _____

5) право каждого человека на образование _____

6) право на участие в культурной жизни, пользование результатами научного прогресса и
защитой интересов, связанных с собственным творчеством _____

27. Когда был принят и когда вступил в силу Международный пакт о гражданских и
политических правах? _____

28. Раскройте структуру Международного пакта о гражданских и политических правах.

| Часть | Статьи | Содержание |
|-------|--------|------------|
| | | |

| | | |
|-----|--|--|
| | | |
| I | | |
| II | | |
| III | | |
| IV | | |
| V | | |
| VI | | |

29. Когда принята Конвенция ООН о правах ребенка? _____

30. Какая страна-член ООН не является участником Конвенции ООН о правах ребенка? _____

31. Образование какого фонда в 1946 г. было одним из первых шагов Генеральной Ассамблеи ООН по защите прав детей? _____

32. Кто признается ребенком, согласно Конвенции ООН о правах ребенка? _____

33. Какие права определяют статьи 5-11 Конвенции ООН о права ребенка? _____

34. Какие права закрепляют статьи 28-31 Конвенции ООН о права ребенка? _____

35. Какой орган учрежден в целях рассмотрения прогресса, достигнутого государствами-участниками в выполнении обязательств, принятых в соответствии с Конвенцией ООН о правах ребенка? Какие статьи Конвенции рассказывают о его структуре, функциях, правах и обязанностях? _____

36. Когда вступила в силу Конвенция ООН о правах инвалидов? _____

37. Комитет по правам инвалидов – это

38. В чем заключается цель Конвенции ООН о правах инвалидов?

39. Кто относится к инвалидам, согласно Конвенции ООН о правах инвалидов?

40. Запишите общие принципы Конвенции ООН о правах инвалидов.

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____
- 7) _____

41. Соотнесите понятия и определения, обозначенные для целей Конвенции ООН о правах инвалидов. 1) _____ 2) _____ 3) _____ 4) _____

- 1) «общение» 2) «язык» 3) «дискриминация по признаку инвалидности»
4) «разумное приспособление» 5) «универсальный дизайн»

А) означает любое различие, исключение или ограничение по причине инвалидности, целью или результатом которого является умаление или отрицание признания, реализации или осуществления наравне с другими всех прав человека и основных свобод в политической, экономической, социальной, культурной, гражданской или любой иной области.

Б) включает использование языков, текстов, азбуки Брайля, тактильного общения, крупного шрифта, доступных мультимедийных средств, равно как печатных материалов, аудиосредств, обычного языка, чтецов, а также усиливающих и альтернативных методов, способов и форматов общения, включая доступную информационно-коммуникационную технологию;

В) означает дизайн предметов, обстановок, программ и услуг, призванный сделать их в максимально возможной степени пригодными к пользованию для всех людей без необходимости адаптации или специального дизайна Г) означает внесение, когда это нужно в конкретном случае, необходимых и подходящих модификаций и коррективов, не становящихся несоразмерным или неоправданным бременем, в целях обеспечения реализации или осуществления инвалидами наравне с другими всех прав человека и основных свобод;

Д) включает речевые и жестовые языки и другие формы неречевых языков;

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания достижения запланированных результатов обучения по дисциплине (модулю)

Текущий контроль успеваемости

При оценивании устного опроса и участия в дискуссии на семинаре (практическом занятии) учитываются:

- степень раскрытия содержания материала;

- изложение материала (грамотность речи, точность использования терминологии и символики, логическая последовательность изложения материала);
- знание теории изученных вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков.

Для оценивания результатов обучения в виде знаний используются такие процедуры и технологии как тестирование и опрос на семинарах (практических занятиях).

Для оценивания результатов обучения в виде умений и владений используются следующие процедуры и технологии:

- практические контрольные задания (далее – ПКЗ), включающих одну или несколько задач (вопросов) в виде краткой формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить, или описание результата, который нужно получить.

По сложности ПКЗ разделяются на простые и комплексные задания.

Простые ПКЗ предполагают решение в одно или два действия. К ним можно отнести: простые ситуационные задачи с коротким ответом или простым действием; несложные задания по выполнению конкретных действий. Простые задания применяются для оценки умений. Комплексные задания требуют многоходовых решений как в типичной, так и в нестандартной ситуациях. Это задания в открытой форме, требующие поэтапного решения и развернутого ответа, в т.ч. задания на индивидуальное или коллективное выполнение проектов, на выполнение практических действий или лабораторных работ. Комплексные практические задания применяются для оценки владений.

Типы практических контрольных заданий:

- задания на установление правильной последовательности, взаимосвязанности действий, выяснения влияния различных факторов на результаты выполнения задания;
- установление последовательности (описать алгоритм выполнения действия),
- нахождение ошибок в последовательности (определить правильный вариант последовательности действий);
- указать возможное влияние факторов на последствия реализации умения и т.д.
- задания на принятие решения в нестандартной ситуации (ситуации выбора, многоальтернативности решений, проблемной ситуации).

Оценивание обучающегося на текущей аттестации осуществляется в соответствии с критериями, представленными в п. 2, и носит балльный характер.

Промежуточная аттестация

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

При проведении промежуточной аттестации студент должен ответить на вопросы теоретического характера и практического характера.

При оценивании ответа на вопрос теоретического характера учитывается:

- теоретическое содержание не освоено, знание материала носит фрагментарный характер, наличие грубых ошибок в ответе;
- теоретическое содержание освоено частично, допущено не более двух-трех недочетов;
- теоретическое содержание освоено почти полностью, допущено не более одного-двух недочетов, но обучающийся смог бы их исправить самостоятельно;
- теоретическое содержание освоено полностью, ответ построен по собственному плану.

При оценивании ответа на вопрос практического характера учитывается объем правильного решения.

Основой для определения оценки служит уровень усвоения студентами материала, предусмотренного рабочей программой дисциплины (модуля).

Оценивание обучающегося на промежуточной аттестации осуществляется в соответствии с критериями, представленными в п. 2, и носит балльный характер.