

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

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

УТВЕРЖДАЮ

и.о. проректора по учебной работе

_____ Ф.Д.Кодзоева

« 30 » « 06 » 2022 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.01.02. «МЕХАНИЗМЫ АДАПТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ»

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль подготовки)

География. Безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

очная, заочная

Магас 2022

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.

Задачами изучения дисциплины являются: формирование у студентов представлений о механизмах адаптивного поведения и методах его управления

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина включена в вариативную часть дисциплин по выбору основной профессиональной образовательной программы академического бакалавриата по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) – География. БЖД.

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:
ПК-1.	Способен осваивать и использовать базовые научно-теоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности	ИПК-1.1: Объясняет (интерпретирует) содержание, сущность, закономерности, особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области; принципы, определяющие место предмета в общей картине мира	Знать: содержание, сущность, закономерности, особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области;
			Уметь: объяснять (интерпретирует) содержание, сущность, закономерности, особенности изучаемых явлений и процессов

			Владеть: способностью осваивать и использовать базовые научно-теоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности
УК-3.	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.4. Осуществляет обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели	Знать: критерии оценки идей, информации, знаний и опыта. Уметь: конструктивно оценивать идеи, информацию, знания и опыт членов команды. Владеть: способностью обмениваться идеями, информацией, знанием и опытом в командной работе
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1.Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей;	Знать: инструменты и методы управления временем Уметь: использовать инструменты и методы управления временем. Владеть: способностью управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.

4. Структура и содержание дисциплины: «Механизмы адаптивного поведения»

4.1. Структура дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ 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) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)									
			Контактная работа					Самостоятельная работа		Коллоквиум	Проверка тестов	Проверка контрольных работ	Проверка реферата	Проверка эссе и иных творческих работ	курсовая работа (проект) и др.				
			Всего	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Др. виды контакт.	Всего	Курсовая							Подготовка к экзамену	Другие виды самостоятельной	Собеседование	
1.	Введение в предмет «Механизмы адаптивного поведения»		4	2	2			4						+	+	+	+		
2.	Особенности поведения личности в экстремальных ситуациях		4	2	2			8						+	+	+	+		
3.	Психофизиологические механизмы адаптивного поведения		6	2	4			8					+	+	+	+	+		
4.	Психоэмоциональная оценка опасности			2	2			8						++		+	+		
5.	Психофизиологические механизмы обеспечения безопасного поведения		4	2	2			8						+	+	+	+		
6.	Методы развития психофизических возможностей		6	4	2			8						+	+	+	+		
	<i>Курсовая работа</i>																		
	<i>Подготовка к экзамену</i>																		
	Общая трудоемкость, в часах		28	14	14			44						Промежуточная					
														Форма					
														Зачет				+	
														Зачет с оценкой					

4.2. Содержание дисциплины (модуля)

№	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
<i>гр. 1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>
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.
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.
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 рефлекторные уровни регуляции адаптивного поведения.
4.	Психоэмоциональная оценка опасности	Психоэмоциональная оценка опасности. Критерии оценки психофизиологических параметров. Цикличность эмоциональных переживаний. Боль как критерий психоэмоциональной оценки опасности
5.	Психофизиологические механизмы обеспечения безопасного поведения	Психофизиологические механизмы обеспечения безопасного поведения. Психофизиологические механизмы социальной адаптации. Социальные роли. Половое поведение. Агрессивное поведение. Механизмы психологической защиты.
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 семинарского типа);
- групповые консультации;
- индивидуальные консультации и иные учебные занятия, предусматривающие индивидуальную работу преподавателя с обучающимся;
- самостоятельная работа обучающихся;
- занятия иных видов.

На учебных занятиях обучающиеся выполняют запланированные настоящей программой отдельные виды учебных работ. Учебное задание (работа) считается выполненным, если оно оценено преподавателем положительно.

В рамках самостоятельной работы обучающиеся осуществляют теоретическое изучение дисциплины с учётом лекционного материала, готовятся к практическим занятиям, выполняют домашнее задания, осуществляют подготовку к промежуточной аттестации.

Содержание дисциплины, виды, темы учебных занятий и форм контрольных мероприятий дисциплины представлены в разделе 4 настоящей программы и фонде оценочных средств по дисциплине.

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	Рекомендуемая литература	Количество часов
<i>гр.1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>	<i>гр.4</i>	
1.	Введение в предмет «Механизмы адаптивного поведения»	Подготовка к практическим занятиям по вопросам, предложенным преподавателем Подготовка реферата Подготовка к вопросам промежуточной аттестации, связанных с темой	О: [1-11] Д: [1-3]	4
2.	Особенности поведения личности в экстремальных ситуациях	Работа с учебно-методической литературой Выполнение заданий для самостоятельной работы Ответы на контрольные вопросы	О: [1-11] Д: [1-3]	8
3.	Психофизиологические механизмы адаптивного поведения	Подготовка к практическим занятиям по вопросам, предложенным преподавателем Подготовка реферата	О: [1-11] Д: [1-3]	8

		Подготовка к вопросам промежуточной аттестации, связанных с темой		
4.	Психоэмоциональная оценка опасности	Подготовка к практическим занятиям по вопросам, предложенным преподавателем Подготовка реферата Подготовка к вопросам промежуточной аттестации, связанных с темой	О: [1-11] Д: [1-3]	8
5.	Психофизиологические механизмы обеспечения безопасного поведения	Работа с учебно-методической литературой Выполнение заданий для самостоятельной работы Ответы на контрольные вопросы	О: [1-11] Д: [1-3]	8
6.	Методы развития психофизических возможностей	Работа с учебно-методической литературой Выполнение заданий для самостоятельной работы Ответы на контрольные вопросы	О: [1-11] Д: [1-3]	8

Примечание: О: – основная литература, Д: – дополнительная литература; в скобках – порядковый номер по списку

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Система накопления результатов выполнения заданий позволит вам создать копилку знаний, умений и навыков, которую можно использовать как при прохождении практики, так и в будущей профессиональной деятельности.

6.2. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа, наряду с лекционным курсом и практическими занятиями, является неотъемлемой частью изучения курса.

Приступая к изучению дисциплины, студенты должны ознакомиться с учебной программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке, получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести тетради для конспектирования лекций и практических занятий.

В ходе самостоятельной работы изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, научные статьи и прочими материалами по дисциплине. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на семинар.

Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращаться за методической помощью к преподавателю. При подготовке к зачету повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на зачет и содержащихся в данной программе. Использовать конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем. Обратит особое внимание на темы учебных занятий, пропущенных студентом по разным причинам. При необходимости обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю.

В процесс освоения дисциплины выделяют два вида самостоятельной работы: - аудиторная; - внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий согласно рабочей программе учебной дисциплины.

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы являются:

- для овладения знаниями: чтение текста (учебника, дополнительной литературы), составление плана текста, конспектирование текста, выписки из текста, учебно-исследовательская работа, использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.

- для закрепления и систематизации знаний: работа с конспектом лекции, обработка текста, повторная работа над учебным материалом, (составление плана, составление таблиц для систематизации учебного материала, ответ на контрольные вопросы, заполнение рабочей тетради, аналитическая обработка текста), подготовка мультимедиа сообщений/докладов к выступлению на семинаре, подготовка реферата, тестирование и др.

- для формирования умений: решение практических ситуаций и заданий, подготовка к деловым играм, решение тестов и т.д.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов. Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

6.3. Материалы для проведения текущего и промежуточного контроля знаний студентов

Текущая аттестация по дисциплине (модулю). Оценивание обучающегося на занятиях осуществляется в соответствии с положением о текущей аттестации обучающихся в университете.

По итогам текущей аттестации, ведущий преподаватель (лектор) осуществляет допуск обучающегося к промежуточной аттестации.

Допуск к промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). Обучающийся допускается к промежуточной аттестации по дисциплине в случае выполнения им всех заданий и мероприятий, предусмотренных настоящей программой дисциплины в полном объеме. Преподаватель имеет право изменять количество и содержание заданий, выдаваемых обучающимся (обучающемуся), исходя из контингента (уровня подготовленности).

Допуск обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине осуществляет преподаватель, ведущий семинарские (практические) занятия.

Обучающийся, имеющий учебные (академические) задолженности (пропуски учебных занятий, не выполнивший успешно задания(е)) обязан отработать их в полном объеме.

Отработка учебных (академических) задолженностей по дисциплине (модулю). В случае наличия учебной (академической) задолженности по дисциплине, обучающийся отработывает пропущенные занятия и выполняет запланированные и выданные преподавателем задания. Отработка проводится в период семестрового обучения или в период сессии согласно графику (расписанию) консультаций преподавателя.

Обучающийся, пропустивший *лекционное занятие*, обязан предоставить преподавателю реферативный конспект соответствующего раздела учебной и монографической литературы

(основной и дополнительной) по рассматриваемым вопросам в соответствии с настоящей программой.

Обучающийся, пропустивший *практическое занятие*, отрабатывает его в форме реферативного конспекта соответствующего раздела учебной и монографической литературы (основной и дополнительной) по рассматриваемым на *практическом* занятии вопросам в соответствии с настоящей программой или в форме, предложенной преподавателем. Кроме того, выполняет все учебные задания. Учебное задание считается выполненным, если оно

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю). Формой промежуточной аттестации по дисциплине определен экзамен оценивается по пятибалльной системе.

Экзамен принимает преподаватель, ведущий лекционные занятия по курсу.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в соответствии с положением о промежуточной аттестации обучающихся в университете и оценивается: *на зачете – зачтено; не зачтено.*

Зачет принимает преподаватель, ведущий семинарские (практические) занятия по курсу.

Оценка знаний обучающегося оценивается по критериям, представленным в фонде оценочных средств по дисциплине.

Материалы для проведения текущего контроля знаний и промежуточной аттестации составляют отдельный документ – Фонд оценочных средств по дисциплине (см.приложение)

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

7.1. Учебная литература:

а) основная учебная литература

1. Акимов, В.А. Безопасность жизнедеятельности. Безопасность в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера: Учебное пособие / В.А. Акимов, Ю.Л. Воробьев, М.И. Фалеев и др. Издание 2–е, переработанное — М.: Высшая школа, 2017. — 592 с.
3. Белов, С.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / С.В. Белов, В.А. Девисилов, А.В. Ильницкая, и др.; Под общей редакцией С.В. Белова. — 8-е издание, стереотипное — М.: Высшая школа, 2016. — 616 с. : ил.
3. Занько, Н.Г. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Занько Н.Г., Малаян К.Р., Русак О. Н. —12 издание, пер. и доп. — СПб.: Лань, 2018 . — 672 с.
11. Кукин, П.П. Анализ оценки рисков производственной деятельности. Учебное пособие / П.П. Кукин, В.Н. Шлыков, Н.Л. Пономарев, Н.И. Сердюк. — М.: Высшая школа, 2017. — 328 с.

б)дополнительная учебная 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

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

7.3. Программное обеспечение

Наименование программы и информационно – справочных систем
ЭБС «Консультант студента» Научная электронная библиотека «eLIBRARY» ИПС «Консультант» ИПС «Гарант» ИСС «Полпред»

7.4. Материально-техническое обеспечение

Стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, экран настенный, мультимедийные средства.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «12» августа 2020 г. № 954.

Программу составила: старший преподаватель Фаргиев М.А.

Программа одобрена на заседании кафедры «География. Безопасность жизнедеятельности»

Протокол № 10 от «20» июня 2022 г.

Программа одобрена Учебно-методическим советом педагогического факультета
протокол № 10 от «21» июня 2022 г .

Программа рассмотрена на заседании Учебно-методического совета университета

протокол № 10 от «29» июня 2022г.

Сведения о переутверждении программы на очередной учебный год и регистрации изменений

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