

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра экономики и менеджмента

УТВЕРЖДАЮ:  
Декан факультета



А. В. Савельев  
«04» июля 2022 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине Б1.В.ДВ.04.30 Стресс-менеджмент и эффективное взаимодействие

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль/направленность/специализация: Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2022

Тамбов, 2022

**Автор программы:**

Кандидат психологических наук, доцент Труфанова Татьяна Анатольевна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 942).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры экономики и менеджмента «27» июня 2022 г. Протокол № 11

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «04» июля 2022 г. № 11.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....	14
3. Объем и содержание дисциплины.....	14
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	18
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	27
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	29
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	31

## 1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- информационно-аналитический
- организационно-управленческий

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 07 Административно-управленческая и офисная деятельность, 08 Финансы и экономика

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Проектирует траекторию своего профессионального роста и личностного развития, расширяет свой профессиональный кругозор: приобретает и использует на практике базовые знания, умения и навыки из различных сфер профессиональной деятельности, в том числе применяет технологии стресс менеджмента, методы эффективного взаимодействия при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения											
		Очная (семестр)						Заочная (семестр)					
		1	2	3	4	6	7	1	2	3	4	6	7
1	History&Technology				+						+		
2	Self skills и тьюторство				+						+		
3	Street данс			+						+			
4	Адаптивный спорт					+						+	
5	Аналитическое чтение			+						+			
6	Бизнес-планирование в АльтИнвест				+						+		
7	Биология развития человека в норме и патологии				+						+		
8	Биржевое дело				+						+		

9	Введение в психологию кризисных состояний и отклоняющегося поведения		+						+				
10	Виктимология			+						+			
11	Военная пропаганда как информационное оружие				+						+		
12	Вожатский практикум				+						+		
13	Восстановление истории семьи по открытым информационным базам данных				+						+		
14	Геймификация в образовании			+						+			
15	Генетика человека		+						+				
16	Геополитика и политическая география		+						+				
17	Двигательный режим (инструктор по физической культуре)				+						+		
18	Девальвация нормы психического и личностного развития: причины и последствия				+						+		
19	Демографические и миграционные процессы			+						+			
20	Диагностика и психологические технологии профилактики отклоняющегося поведения				+						+		
21	Зарубежная литература и вызовы современности				+						+		
22	Зарубежный Поп-вокал				+						+		
23	Защита прав человека		+						+				
24	Здоровье-формирующие технологии в образовательной среде		+						+				
25	Игровые технологии			+						+			
26	Институт семьи в современном обществе		+						+				

27	Интернет-аналитика – основа продвижения современного предприятия			+					+			
28	Как любить ребенка: эмоциональный компонент родительского отношения			+					+			
29	Коммуникация и коммуникативная компетентность		+					+				
30	Комплаенс в системе обеспечения безопасности бизнеса				+					+		
31	Комплексная экономическая безопасность бизнеса			+					+			
32	Компьютерная графика и дизайн		+					+				
33	Контроль за исполнением ремонтов в многоквартирных домах			+					+			
34	Коучинг эффективного общения. Техники развития эмоционального интеллекта			+					+			
35	Креативные телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры						+					+
36	Кредитование физических лиц		+					+				
37	Критический инструментарий для принятия решений и аргументация				+					+		
38	Культивирование микроорганизмов				+					+		
39	Латина Данс		+					+				
40	Лингвистическая экспертиза спорных текстов				+					+		
41	Литература русского зарубежья			+					+			
42	Личное планирование и управление рабочим временем			+					+			

43	Менеджмент карьеры: как стать успешным руководителем			+					+			
44	Методика воспитательной работы						+					+
45	Методика составления родословной			+					+			
46	Методы изучения повседневности		+						+			
47	Методы изучения семьи				+					+		
48	Механизмы протекания органических реакций			+					+			
49	Мир современного искусства: постмодернистский проект		+						+			
50	Мировые войны в сравнительно-историческом ракурсе		+						+			
51	Модели электронной коммерции				+					+		
52	Молекулярная микробиология и вирусология		+						+			
53	Молекулярно-биологические основы поведения и зависимостей		+						+			
54	Мотивация в коучинге				+					+		
55	Налогообложение бизнеса			+					+			
56	Нормы и правила современного этикета				+					+		
57	Нормы языкового общения в условиях виртуальной среды			+					+			
58	Общая и возрастная психология					+					+	
59	Общая физиология микроорганизмов			+					+			
60	Организационно-правовые основы деятельности некоммерческих организаций		+						+			
61	Организация медико-биологического контроля в адаптивном спорте						+					+

62	Организация работы с детьми				+						+		
63	Организация работы с семьей			+						+			
64	Организация работы спортивного судьи			+						+			
65	Организация развивающей предметно-пространственной среды				+						+		
66	Основные приемы эффективной работы с информацией			+						+			
67	Основы 3D-моделирования			+						+			
68	Основы академической живописи			+						+			
69	Основы аргументации				+						+		
70	Основы бального танца				+						+		
71	Основы биологической статистики		+						+				
72	Основы видеоблогинга				+						+		
73	Основы декоративной живописи				+						+		
74	Основы деловой коммуникации на иностранном языке		+						+				
75	Основы игры на барабанной установке		+						+				
76	Основы игры на клавишных инструментах				+						+		
77	Основы игры на электрогитаре			+						+			
78	Основы коммуникации в интернет-пространстве		+						+				
79	Основы конфликтологии			+						+			
80	Основы копирайтинга			+						+			
81	Основы коучинга		+						+				
82	Основы логики		+						+				
83	Основы логопедии		+						+				
84	Основы медицинских знаний в адаптивной физической культуре		+						+				



85	Основы общей патологии и тератологии в адаптивной физической культуре			+					+			
86	Основы организации работы с молодежью		+					+				
87	Основы правильного питания			+					+			
88	Основы предоставления жилищно-коммунальных услуг населению		+					+				
89	Основы рационального природопользования		+					+				
90	Основы рисунка		+					+				
91	Основы современного вокала		+					+				
92	Основы современных методов физического анализа вещества				+					+		
93	Основы судебной лингвистической экспертизы			+					+			
94	Основы физиологии и гигиены детей		+					+				
95	Основы частной патологии в адаптивной физической культуре				+					+		
96	Основы эффективного менеджмента			+					+			
97	Особенности рассмотрения семейных споров			+					+			
98	Особенности рассмотрения трудовых споров				+					+		
99	Особенности самопрезентации в цифровой среде			+					+			
100	Оформление результатов биологических исследований				+					+		
101	Педагогическая техника и мастерство		+					+				
102	Педагогические технологии обучения цифрового поколения				+					+		

103	Педагогический артистизм		+					+				
104	Педагогический дизайн технологий обучения				+					+		
105	Письменный перевод документов физических лиц			+					+			
106	Письменный перевод документов юридических лиц				+					+		
107	Планирование и организация биологических исследований			+					+			
108	Поведение в публичных местах			+					+			
109	Повседневные разговоры				+					+		
110	Познание себя через практическую психологию			+					+			
111	Познание себя через психодиагностику		+					+				
112	Понятие психологической травмы в современной психологии		+					+				
113	Посттравматическое личностное развитие: приговор или точка личностного роста			+					+			
114	Правовые основы природопользования			+					+			
115	Практикум по игровым технологиям				+					+		
116	Практикум по организации логопедической работы в дошкольном образовательном учреждении				+					+		
117	Проблема смысла жизни и ценности в философии			+					+			
118	Программирование на языке Python. Базовый курс		+					+				
119	Программирование на языке Python. Продвинутый курс			+					+			

120	Программирование на языке Python. Разработка веб-приложений с использованием Flask				+						+		
121	Противодействие коррупции и формирование антикоррупционного поведения личности		+						+				
122	Профессиональные компетенции тьютора			+						+			
123	Психика и мозг		+						+				
124	Психология благополучия, или психология счастливого человека				+						+		
125	Психология девиантной личности			+						+			
126	Психология детства		+						+				
127	Психология индивидуализации и тьюторство		+						+				
128	Психология креативности			+						+			
129	Психология критического мышления		+						+				
130	Психология молодости и зрелости				+						+		
131	Психология подросткового и юношеского возраста			+						+			
132	Психология раннего возраста			+						+			
133	Психология творческого саморазвития		+						+				
134	Психолого-педагогические основы игровых технологий		+						+				
135	Психофизиологические основы поведения и когнитивных функций			+						+			
136	Реабилитационные технологии в адаптивном спорте					+						+	
137	Режиссура и актерское мастерство				+						+		

138	Речевое искусство			+					+			
139	Родословно-биографическое краеведение		+					+				
140	Русская писательская критика XIX-XXI веков		+					+				
141	Русский Поп-вокал			+					+			
142	Самоменеджмент: методики и технологии				+					+		
143	Самоорганизация и саморегуляция в виртуальном мире				+					+		
144	Саморазвитие и актерское мастерство				+					+		
145	Современная химия и окружающая среда		+					+				
146	Современные инструменты личной эффективности		+					+				
147	Современные методы химического анализа в криминалистике				+					+		
148	Современные молекулярно-биологические и микробиологические методы в криминалистике			+					+			
149	Современные подходы к персональному менеджменту		+					+				
150	Современные экологические проблемы		+					+				
151	Социальные сети как коммуникационные каналы		+					+				
152	Стандартизация и управление качеством в ресторанном и гостиничном бизнесе				+					+		
153	Стартап «Art-развитие», применение методов арт-терапевтической работы в социальном проекте				+					+		
154	Стартап через социальные проекты в некоммерческой организации			+					+			

155	Стратегии и правила безопасного инвестирования на финансовых рынках		+						+				
156	Страхование личности			+						+			
157	Театральная педагогика		+						+				
158	Текст и дискурс в Интернете				+						+		
159	Теоретико-методические основы вожатской деятельности		+						+				
160	Теория и практика судейства в спорте		+						+				
161	Теория и практика судейства по видам ВФСК «ГТО»				+						+		
162	Технологии вожатской деятельности			+						+			
163	Технологии делового общения		+						+				
164	Технологии коррекции речевых нарушений у детей дошкольного возраста			+						+			
165	Технологии медиации в разрешении конфликтных ситуаций				+						+		
166	Технологии развития высших психических функций			+						+			
167	Технологии рефлексивно-творческого саморазвития			+						+			
168	Технология и организация гостинично-ресторанного комплекса			+						+			
169	Тренинг «Майнд-фитнес»				+						+		
170	Управляющий рестораном: карьера, развитие и soft-skills		+						+				
171	Функциональная составляющая эффективного менеджмента				+						+		
172	Цифровая культура	+	+					+	+				

173	Человек на войне как социокультурный феномен			+					+			
174	Экология атмосферы			+					+			
175	Экология гидросферы				+					+		
176	Экономика природопользования				+					+		
177	Экономико-правовые аспекты создания и развития собственного бизнеса		+						+			
178	Электронный бизнес. Электронная коммерция		+						+			
179	Энергоэффективность и энергосбережение в жилищной сфере				+					+		
180	Этнокультурные регионы мира				+					+		
181	Ювенальное право				+					+		
182	Язык как объект судебной экспертизы		+						+			
183	Языковая личность в виртуальном пространстве		+						+			

## 2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Стресс-менеджмент и эффективное взаимодействие» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Дисциплина «Стресс-менеджмент и эффективное взаимодействие» изучается в 4 семестре.

## 3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 2 з.е.

Очная: 2 з.е.

Заочная: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)	Заочная (всего часов)
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
Контактная работа	32	8
Лекции (Лекции)	16	4
Практические (Практ. раб.)	16	4
Самостоятельная работа (СР)	40	60
Зачет	-	4

3.2. Содержание курса:

№	Название	Вид учебной работы, час.	Формы текущего
---	----------	--------------------------	----------------

темы	раздела/темы	Лекции		Практ. раб.		СР		контроля
		О	З	О	З	О	З	
4 семестр								
1	Стресс: понятие, симптомы, причины возникновения.	2	1	2	-	8	10	Опрос
2	Управление и профилактика стресса.	2	1	2	-	8	10	Опрос; Выполнение практических заданий
3	Профессиональное выгорание и его профилактика.	4	1	4	1	6	10	Опрос; Тестирование
4	Конфликт: понятие, причины возникновения, виды	2	1	2	1	6	10	Опрос
5	Управление конфликтами	2	-	2	1	6	10	Опрос ; Выполнение практических заданий
6	Технологии эффективного взаимодействия и рационального поведения в конфликте	4	-	4	1	6	10	Опрос ; Тестирование

### Тема 1. Стресс: понятие, симптомы, причины возникновения. (УК-6)

#### Лекция.

Понятие и сущность стресса. Проблема стресса в медицине, психологии, менеджменте. Физиологическая и психологическая природа стресса. Классическая концепция стресса Г. Селье и ее развитие. Виды стресса и их характеристика. Конструктивный и деструктивный стрессы. Острый и хронический стрессы. Пассивный и активный стрессы. Роль стресса в жизни человека. Роль стресса для организма. Понятие стрессора. Понятие стрессоустойчивости. Роль изучения стресса в менеджменте.

Симптомы проявления стресса. Изменение физиологических процессов при стрессе. Изменение интеллектуальных процессов при стрессе. Изменение поведенческих реакций при стрессе. Эмоциональные проявления стресса.

Модель развития стресса. Динамика развития стресса по Г.Селье. Положительные и отрицательные последствия стресса для человека. Последствия острого стресса. Последствия хронического стресса для человека.

Объективные причины возникновения психологического стресса. Субъективные причины возникновения психологического стресса. Причины внутренней среды. Причины внешней среды. Понятие и сущность организационного стресса. Понятие и сущность профессионального стресса. Объективные методы оценки уровня стресса. Субъективные методы оценки уровня стресса.

#### Практическое занятие.

Собеседование / опрос по теме лекции

Выполнение практических заданий

1. Изучение психологических методик определения уровня стрессоустойчивости.

2. Определение собственного уровня стрессоустойчивости с помощью психологического тестирования.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Выпишите в словарь основные понятия темы.
2. Проведите сравнительный анализ понятий «эустресс» и «дистресс».
3. Приведите примеры, иллюстрирующие позитивную и негативную роль стресса.
4. Изучите особенности личностных установок на стресс.

### **Тема 2. Управление и профилактика стресса. (УК-6)**

#### **Лекция.**

Методы диагностики стресса. Психодиагностика причин возникновения стресса.

Задачи управления стрессом. Современные подходы к управлению стрессом. Первая помощь при стрессе. Аутоанализ личного стресса. Нейтрализация стресса при помощи психотехники. Методы саморегуляции. Средства самопомощи при стрессе. Устранение причин стресса путем совершенствования поведенческих и коммуникативных навыков.

Современные способы профилактики стресса. Правильное питание как способ профилактики стресса. Физические упражнения в регуляции стресса. Релаксационные упражнения. Психологические методы профилактики стресса. Практические рекомендации по разрешению проблем.

#### **Практическое занятие.**

Собеседование / опрос по теме лекции

Выполнение практических заданий:

1. Разработка рекомендаций по профилактике учебного стресса.
2. Разработка рекомендаций по профилактике профессионального стресса.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Выпишите в словарь основные понятия темы.
2. Изучите методы профилактики учебных стрессов.
3. Приведите примеры, иллюстрирующие вашу способность управлять стрессом.
4. Изучите технологию создания программ профилактики стрессовых состояний личности.

### **Тема 3. Профессиональное выгорание и его профилактика. (УК-6)**

#### **Лекция.**

Синдром психического выгорания. Симптомы психического выгорания. Понятие психического, эмоционального, профессионального выгорания. Производственный стресс и синдром выгорания. Модели изучения психического выгорания. Личностные и профессиональные факторы выгорания. Диагностика профессионального выгорания. Подходы к управлению профессиональным выгоранием. Профилактика и управление профессиональным выгоранием.

#### **Практическое занятие.**

Собеседование / опрос по теме лекции

Тестирование

Выполнение практических заданий.

1. Проведите анализ методов профилактики профессионального выгорания персонала, используемых в зарубежных и российских организациях.
2. Разработайте собственные рекомендации по профилактике профессионального выгорания.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Выпишите в словарь основные понятия темы.
2. Изучите психологические методики определения уровня профессионального выгорания.
3. Изучите современные методы профилактики профессионального выгорания персонала.

### **Тема 4. Конфликт: понятие, причины возникновения, виды (УК-6)**



**Лекция.**

Подходы к определению конфликта. Признаки конфликта. Границы конфликта. Важность определения ситуации как конфликтной ее участниками. Теоретические подходы к объяснению конфликта. Современные тенденции в подходе к конфликтам. Позитивные функции конфликта.

Виды конфликтов в зависимости от включенных субъектов и от сфер возникновения. Внутриличностные, межгрупповые, внутригрупповые конфликты. Ценностные, ролевые и конфликты интересов как разновидность межличностных конфликтов. Причины и источники конфликтов и формы их проявления.

**Практическое занятие.**

Собеседование / опрос по теме лекции

Выполнение практических заданий:

1. Изучите правила устранения причин конфликта.
2. Предложите собственные правила устранения причин конфликта.

**Задания для самостоятельной работы.**

1. Выпишите в словарь основные понятия темы.
2. Проведите анализ основных видов конфликтов.
3. Изучите причины возникновения конфликтов.

**Тема 5. Управление конфликтами (УК-6)****Лекция.**

Прогнозирование конфликта. Принципы профилактики конфликта. Технология предупреждения конфликтов. Этапы регулирования конфликта. Альтернативные формы разрешения конфликтов. Переговорный процесс как способ разрешения конфликтов. Медиация. Урегулирование конфликтов с участием третьей стороны. Социальное партнерство как форма обеспечения взаимной заинтересованности наемных работников и предпринимателей. Регулирование конфликта как форма ослабления остроты конфликта, ограничения и обеспечение его развития в сторону разрешения. Признание реальности конфликта, легитимация, структурирование групп как основные стадии регулирования конфликта, использование технологий смягчения конфликта через формы демократизации, сотрудничества, снижения напряженности, нормирования отношений.

**Практическое занятие.**

Собеседование / опрос по теме лекции

Выполнение практических заданий.

1. Предложите собственные способы предупреждения и профилактики конфликтов.
2. Выберите наиболее оптимальные для вас способы регулирования конфликтов.

**Задания для самостоятельной работы.**

1. Выпишите в словарь основные понятия темы.
2. Изучите способы предупреждения и профилактики конфликтов.
3. Изучите организационные методы управления конфликтами.

**Тема 6. Технологии эффективного взаимодействия и рационального поведения в конфликте (УК-6)****Лекция.**

Конфликтные типы личностей. Использование трансактного анализа в конфликтологии.

Стратегии поведения в конфликте: уклонение, приспособление, конфронтация, сотрудничество, компромисс. Модель двойной заинтересованности в определении выбора эффективного стиля поведения.

**Практическое занятие.**

Собеседование / опрос по теме лекции

Тестирование

**Задания для самостоятельной работы.**

1. Выпишите в словарь основные понятия темы.

2. Проведите сравнительный анализ технологий эффективного взаимодействия.

#### 4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

##### 4.1. Распределение баллов:

4 семестр

- текущий контроль – 80 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

##### Распределение баллов по заданиям:

№ те мы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мах. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Стресс: понятие, симптомы, причины возникновения.	Опрос	10	<p>Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>«10-9 баллов» – студент показывает глубокие и полные знания учебного материала, при изложении не допускает неточностей и искажения фактов, излагает материал в логической последовательности, хорошо ориентируется в излагаемом материале, может дать обоснование высказываемым суждениям.</p> <p>«8-7 баллов» - студент освоил учебный материал в полном объеме, хорошо ориентируется в учебном материале, излагает материал в логической последовательности, однако при ответе допускает неточности.</p> <p>«6-5 баллов» – студент освоил основные положения темы занятия, однако при изложении учебного материала допускает неточности, излагает его неполно и непоследовательно, для изложения нуждается в наводящих вопросах со стороны преподавателя, испытывает сложности с обоснованием высказанных суждений.</p> <p>«4-3 балла» – студент имеет разрозненные и несистематизированные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении основных понятий, искажает их смысл, не может самостоятельно излагать материал.</p> <p>«2-1 балла» - студент имеет поверхностные знания учебного материала, с трудом ориентируется в учебном материале.</p>

2.	Управление и профилактика стресса.	Опрос	10	<p>Основные качества устного ответа подлежащего оценке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность ответа по содержанию;</li> <li>- полнота и глубина ответа;</li> <li>- сознательность ответа;</li> <li>- логика изложения материала;</li> <li>- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;</li> <li>- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;</li> <li>- использование дополнительного материала;</li> <li>- рациональность использования времени, отведенного на задание.</li> </ul> <p>«10-9 баллов» – студент показывает глубокие и полные знания учебного материала, при изложении не допускает неточностей и искажения фактов, излагает материал в логической последовательности, хорошо ориентируется в излагаемом материале, может дать обоснование высказываемым суждениям.</p> <p>«8-7 баллов» - студент освоил учебный материал в полном объеме, хорошо ориентируется в учебном материале, излагает материал в логической последовательности, однако при ответе допускает неточности.</p> <p>«6-5 баллов» – студент освоил основные положения темы занятия, однако при изложении учебного материала допускает неточности, излагает его неполно и непоследовательно, для изложения нуждается в наводящих вопросах со стороны преподавателя, испытывает сложности с обоснованием высказанных суждений.</p> <p>«4-3 балла» – студент имеет разрозненные и несистематизированные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении основных понятий, искажает их смысл, не может самостоятельно излагать материал.</p> <p>«2-1 балла» - студент имеет поверхностные знания учебного материала, с трудом ориентируется в учебном материале.</p>
		Выполнение практических заданий	10	<p>10 баллов – студент выполнил работу полностью без ошибок и недочетов.</p> <p>9 баллов – студент выполнил работу полностью, допустил не более одного недочета.</p> <p>8 баллов – студент выполнил работу полностью, допустил не более двух недочетов.</p> <p>7 баллов – студент выполнил больше половины работы без ошибок и недочетов.</p> <p>6 баллов – студент выполнил чуть больше половины работы, но допустил в ней не более двух недочетов.</p> <p>5 баллов – студент выполнил половину работы без ошибок и недочетов.</p> <p>4 балла – студент выполнил половину работы, допустил не более двух недочетов.</p> <p>3 балла – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил не более двух недочетов.</p> <p>2 балла – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил несколько недочетов.</p> <p>1 балл – студент правильно выполнил не более 25% работы, допустил несколько недочетов.</p>

3.	Профессиональное выгорание и его профилактика.	Опрос	10	<p>10 баллов – студент показывает глубокие и полные знания учебного материала, при изложении не допускает неточностей и искажения фактов, излагает материал в логической последовательности, хорошо ориентируется в излагаемом материале, может дать обоснование высказываемым суждениям.</p> <p>8 баллов - студент освоил учебный материал в полном объеме, хорошо ориентируется в учебном материале, излагает материал в логической последовательности, однако при ответе допускает неточности.</p> <p>6 баллов – студент освоил основные положения темы занятия, однако при изложении учебного материала допускает неточности, излагает его неполно и непоследовательно</p> <p>4 балла – студент для изложения нуждается в наводящих вопросах со стороны преподавателя, испытывает сложности с обоснованием высказанных суждений.</p> <p>2 балла – студент имеет разрозненные и несистематизированные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении основных понятий, искажает их смысл, не может самостоятельно излагать материал.</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент выполнил работу полностью без ошибок и недочетов.</p> <p>9 баллов – студент выполнил работу полностью, допустил не более одного недочета.</p> <p>8 баллов – студент выполнил работу полностью, допустил не более двух недочетов.</p> <p>7 баллов – студент выполнил больше половины работы без ошибок и недочетов.</p> <p>6 баллов – студент выполнил чуть больше половины работы, но допустил в ней не более двух недочетов.</p> <p>5 баллов – студент выполнил половину работы без ошибок и недочетов.</p> <p>4 балла – студент выполнил половину работы, допустил не более двух недочетов.</p> <p>3 балла – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил не более двух недочетов.</p> <p>2 балла – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил несколько недочетов.</p> <p>1 балл – студент правильно выполнил не более 25% работы, допустил несколько недочетов.</p>
4.	Конфликт: понятие, причины возникновения, виды	Опрос	10	<p>10 баллов – студент показывает глубокие и полные знания учебного материала, при изложении не допускает неточностей и искажения фактов, излагает материал в логической последовательности, хорошо ориентируется в излагаемом материале, может дать обоснование высказываемым суждениям.</p> <p>8 баллов - студент освоил учебный материал в полном объеме, хорошо ориентируется в учебном материале, излагает материал в логической последовательности, однако при ответе допускает неточности.</p> <p>6 баллов – студент освоил основные положения темы занятия, однако при изложении учебного материала допускает неточности, излагает его неполно и непоследовательно</p> <p>4 балла – студент для изложения нуждается в наводящих вопросах со стороны преподавателя, испытывает сложности с обоснованием высказанных суждений.</p> <p>2 балла – студент имеет разрозненные и несистематизированные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении основных понятий, искажает их смысл, не может самостоятельно излагать материал.</p>

5.	Управление конфликтами	Опрос	10	<p>10 баллов – студент показывает глубокие и полные знания учебного материала, при изложении не допускает неточностей и искажения фактов, излагает материал в логической последовательности, хорошо ориентируется в излагаемом материале, может дать обоснование высказываемым суждениям.</p> <p>8 баллов - студент освоил учебный материал в полном объеме, хорошо ориентируется в учебном материале, излагает материал в логической последовательности, однако при ответе допускает неточности.</p> <p>6 баллов – студент освоил основные положения темы занятия, однако при изложении учебного материала допускает неточности, излагает его неполно и непоследовательно</p> <p>4 балла – студент для изложения нуждается в наводящих вопросах со стороны преподавателя, испытывает сложности с обоснованием высказанных суждений.</p> <p>2 балла – студент имеет разрозненные и несистематизированные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении основных понятий, искажает их смысл, не может самостоятельно излагать материал.</p>
		Выполнение практических заданий	10	<p>10 баллов – студент выполнил работу полностью без ошибок и недочетов.</p> <p>9 баллов – студент выполнил работу полностью, допустил не более одного недочета.</p> <p>8 баллов – студент выполнил работу полностью, допустил не более двух недочетов.</p> <p>7 баллов – студент выполнил больше половины работы без ошибок и недочетов.</p> <p>6 баллов – студент выполнил чуть больше половины работы, но допустил в ней не более двух недочетов.</p> <p>5 баллов – студент выполнил половину работы без ошибок и недочетов.</p> <p>4 балла – студент выполнил половину работы, допустил не более двух недочетов.</p> <p>3 балла – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил не более двух недочетов.</p> <p>2 балла – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил несколько недочетов.</p> <p>1 балл – студент правильно выполнил не более 25% работы, допустил несколько недочетов.</p>
6.	Технологии эффективного взаимодействия и рационального поведения в конфликте	Опрос	10	<p>10 баллов – студент показывает глубокие и полные знания учебного материала, при изложении не допускает неточностей и искажения фактов, излагает материал в логической последовательности, хорошо ориентируется в излагаемом материале, может дать обоснование высказываемым суждениям.</p> <p>8 баллов - студент освоил учебный материал в полном объеме, хорошо ориентируется в учебном материале, излагает материал в логической последовательности, однако при ответе допускает неточности.</p> <p>6 баллов – студент освоил основные положения темы занятия, однако при изложении учебного материала допускает неточности, излагает его неполно и непоследовательно</p> <p>4 балла – студент для изложения нуждается в наводящих вопросах со стороны преподавателя, испытывает сложности с обоснованием высказанных суждений.</p> <p>2 балла – студент имеет разрозненные и несистематизированные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении основных понятий, искажает их смысл, не может самостоятельно излагать материал.</p>

	Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент выполнил работу полностью без ошибок и недочетов.</p> <p>9 баллов – студент выполнил работу полностью, допустил не более одного недочета.</p> <p>8 баллов – студент выполнил работу полностью, допустил не более двух недочетов.</p> <p>7 баллов – студент выполнил больше половины работы без ошибок и недочетов.</p> <p>6 баллов – студент выполнил чуть больше половины работы, но допустил в ней не более двух недочетов.</p> <p>5 баллов – студент выполнил половину работы без ошибок и недочетов.</p> <p>4 балла – студент выполнил половину работы, допустил не более двух недочетов.</p> <p>3 балла – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил не более двух недочетов.</p> <p>2 балла – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил несколько недочетов.</p> <p>1 балл – студент правильно выполнил не более 25% работы, допустил несколько недочетов.</p>
7.	Премияльные баллы	20	<p>Дополнительные премияльные баллы могут быть начислены:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- за проект, выполненный по заказу работодателя и реализованный на практике – 20 баллов;</li> <li>- полностью подготовленная к публикации статья по тематике в рамках дисциплины – 10 баллов;</li> <li>- победа в межрегиональной олимпиаде – 20 баллов;</li> <li>- участие с докладом во всероссийской олимпиаде по тематике изучаемой дисциплины – 20 баллов;</li> <li>- публикация статьи по тематике изучаемой дисциплины в сборнике студенческих работ / материалах всероссийской конференции / журнале из перечня ВАК – 10 / 15 / 20</li> </ul>
8.	Индивидуальные задания, с помощью которых можно набрать дополнительные баллы	100	Студент имеет возможность набрать баллы за семестр, предоставив во время промежуточной аттестации все выполненные задания, в т.ч. по контрольным срезам
9.	Итого за семестр	100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

#### 4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

##### Выполнение практических заданий

##### Тема 2. Управление и профилактика стресса.

1. Выберите несколько психодиагностических методик, проведите самодиагностику и составьте для себя программу профилактики или коррекции профессионального стресса.

2. Составьте каталог исследований, проведенных за последние 5 лет, по проблеме возникновения, сохранения и механизмов функционирования психологического стресса. Для выполнения данного задания необходимо ознакомиться с содержанием ведущих психологических периодических изданий за указанный период и составить каталог, включая в него последующие разделы: год проведения исследования, тема, авторы работы, место издания, издательство, год издания и номера страниц, на которых напечатана статья.

### Тема 5. Управление конфликтами

#### Практическое задание

1. Сотрудник взволнованно рассказывает о конфликтной ситуации, которая представляет для вас интерес. Как его нужно слушать?
2. Обратите внимание на манеру слушать своих друзей и партнеров. Умеют ли они слушать? Придерживаются ли установок эффективного слушания те собеседники, с которыми приятно разговаривать?

### Опрос

#### Тема 1. Стресс: понятие, симптомы, причины возникновения.

1. Что такое стресс? Какова роль стресса в жизни человека?
2. Какие виды стресса выделил Г.Селье? Какой из видов стресса (эустресс или дистресс) Вы чаще всего испытываете?
3. Назовите признаки проявления стресса. Какие признаки проявления стресса: физиологические, эмоциональные, когнитивные (интеллектуальные) или поведенческие проявляются у Вас в большей степени в состоянии стресса?

#### Тема 2. Управление и профилактика стресса.

1. Что такое профессиональное выгорание?
2. Какие виды выгорания существуют? Дайте понятие психического, эмоционального, профессионального выгорания.
3. Отличается ли профессиональное выгорание от эмоционального выгорания?

#### Тема 3. Профессиональное выгорание и его профилактика.

##### Вопросы для опроса

1. Что такое профессиональное выгорание?
2. Какие виды выгорания существуют? Дайте понятие психического, эмоционального, профессионального выгорания.
3. Отличается ли профессиональное выгорание от эмоционального выгорания?

### Опрос

#### Тема 4. Конфликт: понятие, причины возникновения, виды

##### Вопросы для опроса

1. Дайте определение конфликта.
2. Сформулируйте необходимые и достаточные условия возникновения конфликта.
3. Чем характеризуется противостояние субъектов социального взаимодействия?
4. Дайте определения понятий: «конфликтная ситуация» и «инцидент».
5. Перечислите типы конфликтных ситуаций.

### Тема 5. Управление конфликтами

##### Вопросы для опроса

1. Приведите определение понятия «управление конфликтом».
2. Какие виды деятельности субъекта управления включают в свое содержание процесс управления конфликтом?
3. Объясните понятия: «прогнозирование конфликта» и «предупреждение конфликта».

#### Тема 6. Технологии эффективного взаимодействия и рационального поведения в конфликте

##### Вопросы для опроса

1. Опишите конфликтные типы личности.
2. Что понимают под технологиями эффективного общения в конфликте?
3. Сформулируйте основное (существенное) противоречие процесса общения в конфликте.

### Тестирование

#### Тема 3. Профессиональное выгорание и его профилактика.

##### Типовые вопросы теста

1. ... – это совокупность неспецифических адаптационных реакций организма на воздействие различных неблагоприятных факторов – стрессоров (физических или психологических), нарушающих его стабильную работу, а также соответствующее состояние нервной системы организма (или организма в целом):
  - а) стресс;
  - б) эустресс;
  - в) дистресс;
  - г) фрустрация.
2. Положительной формой стресса является:
  - а) стресс;
  - б) эустресс;
  - в) дистресс;
  - г) фрустрация.
3. Интеллектуальные признаки стресса охватывают:
  - а) память, мышление, эмоции;
  - б) эмоции, изменение образа жизни, внимание;
  - в) эмоции, изменение образа жизни, профессиональные нарушения;
  - г) память, мышление, внимание.
4. Согласно Г. Селье, стресс в своем развитии последовательно проходит следующие стадии:
  - а) тревога, фрустрация, истощение;
  - б) фрустрация, истощение, тревога;
  - в) тревога, резистентность, истощение;
  - г) гнев, тревога, истощение.
5. Сменный график, отсутствие режима питания – относятся к ... видам стрессоров:
  - а) физическим;
  - б) физиологическим;
  - в) социально-психологическим;
  - г) структурно-организационным.

#### Тема 6. Технологии эффективного взаимодействия и рационального поведения в конфликте

##### Типовые вопросы теста

1. Конфликт в переводе с латинского означает:
  - а) соглашение;
  - б) столкновение;



в) существование;

г) борьба.

2. Ситуация скрытого или открытого противостояния двух или более сторон-участниц называется:

а) конфликтными отношениями;

б) конфликтной ситуацией;

в) инцидентом;

г) конфликтным взаимодействием.

3. Конфликт равен:

а) конфликтная ситуация + инцидент;

б) конфликтные отношения + конфликтная ситуация;

в) конфликтные отношения + инцидент;

г) конфликтные отношения + конфликтоген.

4. Особым типом конфликта, целью которого является получение выгоды, прибыли или доступа к дефицитным благам, называется:

а) конфронтация;

б) соперничество;

в) интрига;

г) конкуренция.

5. Основными моделями поведения личности в конфликте являются (исключите лишнее):

а) конструктивная модель;

б) деструктивная;

в) конформистская;

г) неконформистская.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

### **Типовые вопросы зачета (УК-6)**

1. Сенсорно-перцептивные процессы. Ощущения: понятие, свойства, виды. Восприятие: понятие, свойства, виды. Иллюзии восприятия и их виды.

2. Внимание: понятие, свойства, виды. Методы диагностики внимания.

3. Память: понятие, характеристики, виды памяти. Методы диагностики памяти.

4. Мышление: понятие, формы, виды, качества. Мышление и интеллект. Методы диагностики мышления и интеллекта.

5. Воображение: понятие, свойства, виды. Методы диагностики воображения.

6. Эмоции: понятие, виды и формы их проявлений. Особенности эмоциональных процессов. Чувства.

7. Особенности волевых процессов. Волевой акт и его структура.

8. Понятие и динамика работоспособности. Показатели работоспособности. Утомление. Причины утомления. Виды утомления.

9. Понятие стресса, его влияние на поведение человека. Стресс и дистресс.

10. Симптомы стресса. Источники стресса.

11. Виды стресса и их характеристика. Особенности профессионального стресса.

12. Причины возникновения стрессов. Факторы, вызывающие стресс.

13. Этапы развития стресса. Динамика стресса.

14. Диагностика стресса. Профилактика стресса.

15. Методы управления стрессом на уровне личности.

16. Методы управления стрессом на уровне организации.

17. Процесс формирования личности профессионала. Профессиональные деформации. Предупреждение и профилактика профессиональной деформации.

18. Понятие и симптомы профессионального выгорания. Личностные и профессиональные факторы выгорания.
19. Диагностика профессионального выгорания.
20. Профилактика и управление профессиональным выгоранием.

#### **Типовые задания для зачета (УК-6)**

1. Стресс определяется как совокупность стереотипных, филогенетически запрограммированных неспецифических реакций организма в работах:
  - а) Г. Селье;
  - б) У. Кеннона;
  - в) И. Павлова.
2. Термин «стресс» ввел Уолтер Б. Кеннон:
  - а) в 1927 г.;
  - б) в 1936 г.;
  - в) в 1963 г.
3. Стресс как совокупность поведенческих, эмоциональных, умственных и физических реакций, вызванных превосходящим адаптационные ресурсы человека давлением, определил:
  - а) Г. Селье;
  - б) И. Духмен;
  - в) И. Павлов.
5. Сколько групп включает в себя комплекс психических состояний на стресс:
  - а) шесть групп;
  - б) пять групп;
  - в) четыре группы?
6. Способность человека к контролю эмоций, способность переносить большие нагрузки и успешно решать задачи в стрессовых ситуациях, способность преодолевать состояние эмоционального возбуждения при выполнении сложной деятельности в психологии называют:
  - а) волевой готовностью;
  - б) надсигуагивной активностью;
  - в) стрессоустойчивостью.
7. Согласно Г. Селье стресс имеет:
  - а) три стадии;
  - б) четыре стадии;
  - в) две стадии.
8. Стресс как сверхадаптивный синдром рассматривается в работах:
  - а) Т. Г. Бохан;
  - б) Д. А. Леонтьева;
  - в) В. А. Петровского.
9. Модель стресса в вариантах самоорганизации личности как психологической системы предполагает анализ развития стресса в направлении:
  - а) дистресса и эустресса;
  - б) стресса и дистресса;
  - в) стресса и эустресса.
10. При реализации модели эустресса человек использует:
  - а) неконструктивные установки и стили поведения;
  - б) конструктивные установки и стили поведения;
  - в) оптимизм, смыслы.
2. Кейс: как зажечь эмоционально выгоревших сотрудников

Одна компания столкнулась с проблемой эмоционального выгорания сотрудников отдела взыскания: "Регулярно проводим анонимные опросы об удовлетворенности условиями труда. Жалобы отсутствуют, но при этом руководитель отмечает потерю сотрудниками драйва и интереса к работе." Специфическая область деятельности специалистов не позволяет существенно изменить функционал.

В чем проявляется эмоциональное выгорание в рамках трудового процесса, и как на него может повлиять руководитель? И может ли вообще?

#### 4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	УК-6	Демонстрирует знания методов планирования собственной деятельности, стратегии личностного саморазвития и эффективного взаимодействия, способов самооценки ресурсных возможностей, методов профилактики стресса. Умеет планировать собственную деятельность, выстраивать стратегию личностного саморазвития и эффективного взаимодействия, проводить самооценку ресурсных возможностей, применять методы профилактики стресса. Владеет навыками планирования собственной деятельности, построения стратегии личностного саморазвития и эффективного взаимодействия, проведения самооценки ресурсных возможностей, применения методов профилактики стресса
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	УК-6	Не демонстрирует знания методов планирования собственной деятельности, стратегии личностного саморазвития и эффективного взаимодействия, способов самооценки ресурсных возможностей, методов профилактики стресса. Не умеет планировать собственную деятельность, выстраивать стратегию личностного саморазвития и эффективного взаимодействия, проводить самооценку ресурсных возможностей, применять методы профилактики стресса. Не владеет навыками планирования собственной деятельности, построения стратегии личностного саморазвития и эффективного взаимодействия, проведения самооценки ресурсных возможностей, применения методов профилактики стресса

### 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

#### 5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

## 5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

## 5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

## 5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 Основная литература:**

1. Базаров Т. Ю. Психология управления персоналом : Учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. - 381 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/450044>
2. Каменская В. Г. Психология управления. Социально-психологические основы управленческой деятельности : Учебное пособие для вузов. - 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 194 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/454771>
3. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Психология управления персоналом. Психическое выгорание : Учебное пособие для вузов. - испр. и доп; 3-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 299 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/453398>
4. Селезнева Е. В. Психология управления : Учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. - 373 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/450391>
5. Рогов Е. И., Жолудева С. В., Науменко М. В., Панкратова И. А., Рогова Е. Е., Скрынник Н. Е., Шевелева А. М. Психология управления персоналом : Учебник для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. - 350 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/450368>
6. Хасанова Г. Б., Исхакова Р. Р. Психология управления трудовым коллективом : учебное пособие. - Казань: Казанский научно-исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2012. - 260 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258843>
7. Бакирова, Г. Х. Психология эффективного стратегического управления персоналом : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «психология», «менеджмент организации», «управление персоналом». - 2022-03-26; Психология эффективного стратегического управления персоналом. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 591 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/81838.html>

### **6.2 Дополнительная литература:**

1. Кочеткова А. И., Кочетков П. Н. Прикладная психология управления : Учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. - 437 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/450440>
2. Забродин В. Ю. Социология и психология управления : Учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. - 147 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/453410>

3. Зуб А. Т. Психология управления : Учебник и практикум Для академического бакалавриата. - пер. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 372 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/449288>
4. Акимова Ю. Н. Психология управления : Учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. - 320 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/450529>
5. Авдулова Т. П. Психология управления : Учебник и практикум для вузов. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 231 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/454336>
6. Овсянникова Е. А., Серебрякова А. А. Психология управления : учебное пособие. - 3-е изд., стер.. - Москва: Флинта, 2020. - 222 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279817>
7. Ильин Г. Л. Социология и психология управления : Учебное пособие для вузов. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 224 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/450035>
8. Коноваленко М. Ю., Соломатин А. А. Психология управления персоналом : Учебник для вузов. - 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 369 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/450083>
9. Чернова Г. Р., Соломина Л. Ю., Хмяляйнен В. И. Психология управления : Учебное пособие для вузов. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 193 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/455716>
10. Трусъ, А. А. Психология управления. Практикум : учебное пособие. - 2023-01-20; Психология управления. Практикум. - Минск: Вышэйшая школа, 2015. - 350 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/48016.html>
11. Трусъ, А. А. Психология управления : учебное пособие. - 2023-01-20; Психология управления. - Минск: Вышэйшая школа, 2014. - 319 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/35535.html>
12. Смольникова, Л. В. Психология в профессиональной деятельности : курс лекций для студентов всех направлений. - Весь срок охраны авторского права; Психология в профессиональной деятельности. - Томск: Томский государственный университет систем управления и радиоэлектроники, 2016. - 203 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/72170.html>
13. Плотникова М. В. Психологическая профессиональная деятельность : учебное пособие. - Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016. - 218 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571514>
14. Хасанова, Г. Б. Психологическая профессиональная деятельность : учебное пособие. - 2022-01-18; Психологическая профессиональная деятельность. - Казань: Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2017. - 168 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/79486.html>
15. Дурманова И. В. Тренинговый курс для руководителей «Психология управления»: учебно-методический комплекс : учебно-методический комплекс, 1. Тренинги управленческой эффективности руководителя. Рабочая тетрадь. - Тюмень: Тюменский государственный университет, 2010. - 48 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572189>

### 6.3 Методические разработки:

1. Голубева Л.Ф., Труфанова Т.А. Социология и психология управления : учеб.-метод.пособие. - Тамбов: Издат.дом ТГУ им. Г.Р.Державина, 2010. - 94с.
2. Краснова М. В., Колесов В. И. Психология управления: теория и практика : учебно-методическое пособие. - Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ), 2011. - 148 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445953>

3. Карымова, О. С., Якиманская, И. С., Молокостова, А. М., Бендас, Т. В. Психология управления в организации : учебно-методическое пособие. - Весь срок охраны авторского права; Психология управления в организации. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. - 286 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/54148.html>

#### 6.4 Иные источники:

1. «Информационные технологии» на Портале корпоративного управления. - [www.iteam.ru/publications/it/](http://www.iteam.ru/publications/it/)
2. «Открытые Информационные системы» - <http://www.osp.ru>
3. «Российское психологическое общество» - <http://рпо.рф/>
4. Административно-управленческий портал - <http://www.aup.ru/news/market/>
5. Журнал "Вопросы психологии" - <http://www.voppsy.ru/>
6. Журнал «Психология. Журнал высшей школы экономики» - <https://jsps.hse.ru/index.php/psychology/issue/archive>
7. Журнал «Психологический журнал» - [http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut\\_p/psihologic.html](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/psihologic.html)

### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

1С:Предприятие 8.2 (8.2.18.61) учебная

7-Zip 9.20

Adobe Photoshop CS3

Adobe Reader XI (11.0.08) - Russian Adobe Systems Incorporated 10.11.2014 187,00 MB 11.0.08

CorelDRAW Graphics Suite X3

IBM SPSS Statistics 20

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition. 1500-2499 Node 1 year Educational Renewal Licence

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

Oracle VM VirtualBox 3.2.10

Skype

Альт-Инвест сумм

Операционная система "Альт Образование"

Операционная система Microsoft Windows 10

Операционная система Microsoft Windows XP SP3

Электронный периодический справочник "Система ГАРАНТ"

LiteManager Pro - Server

Statistica Base 10 for Windows RU

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ. – URL: <http://biblio.tsutmb.ru/elektronnyij-katalog>
2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» . – URL: <http://www.biblioclub.ru>
3. Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина. – URL: <http://www.tambovlib.ru>

### **Электронная информационно-образовательная среда**

[https://auth.tsutmb.ru/authorize?response\\_type=code&client\\_id=moodle&state=xyz](https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz)

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.