


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Кадетская школа – интернат имени Героя РФ А.И. Рожкова»
с.п. Мулино Володарский муниципальный район Нижегородская область

«РАССМОТРЕНО»
на заседании ШМО
учителей - предметников
«30» августа 2016 г.

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УВР

М.А. Антипова
«30» августа 2016 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ КШИ

С.В. Мельников
«31» августа 2016 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«Психологическая подготовка»
9 класс

ОГЛАВЛЕНИЕ

№	наименование	страницы
1	Пояснительная записка	3
2	Цели. Задачи. Форма подведения итогов. Ожидаемые результаты.	3
3	Техническое оснащение. Расчет часов. Содержание программы	4-6
4	Тематическое планирование	7
5	Литература	8

Срок реализации программы – 1 год

Для обучающихся 9 классов

Продолжительность занятия 40 минут (1 академический час):

Срок реализации программы: 4 месяца (1 раз в неделю)

Пояснительная записка

Программа разработана на основании курса «Специальная подготовка» и предназначена для проведения учебных занятий «Психологическая подготовка».

В программе излагаются: организация психологической подготовки спасателей; расчет часов по предметам обучения; задачи обучения; методические указания; тематический расчет часов; наименование тем и содержание занятий; количество часов на их изучение, руководства (литература).

Программа Психологическая подготовка адаптирована для обучающихся 9 классов ГБОУ КШИ.

Цели занятий:

- познакомить учащихся с морально – психологическими основами профессионального статуса спасателя; с профессионально-важными качествами спасателя; с психологическими особенностями поведения населения в чрезвычайных ситуациях
- сформировать умения к саморегуляции и психологической реабилитации
- развить навыки управления психическим состоянием спасателя в чрезвычайных ситуациях

Основные задачи:

- познакомить обучающихся с психологическими требованиями к профессии спасателя,
- научить применять на практике знания, умения и навыки в поддержании психологической готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях, контролировать свое психическое состояние и применять приемы управления им, развивать способности к быстрой внутренней мобилизации при действиях в условиях риска для жизни, поддержанию эффективного внутригруппового взаимодействия.
- научить оценивать свои индивидуально-психологические особенности, особенности психологического воздействия обстановки при чрезвычайных ситуациях; управлять собственным состоянием;
- научить контролировать свои индивидуальные психологические особенности при ведении спасательных работ и корректировать их,
- научить распознавать психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях;

Форма подведения итогов: зачет

Ожидаемые результаты:

- знать психологические требования к профессии спасателя, свои индивидуально-психологические особенности, особенности психологического воздействия обстановки при чрезвычайных ситуациях, методы и приемы управления собственным состоянием;
- уметь учитывать свои индивидуальные психологические особенности при ведении спасательных работ и корректировать их, психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях;
- применять на практике знания, умения и навыки в поддержании психологической готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях, контролировать свое психическое состояние и применять приемы управления им, развивать способности к быстрой внутренней мобилизации при действиях в условиях риска для жизни, поддержанию эффективного внутригруппового взаимодействия.

Техническое оснащение и наглядные пособия:

- компьютер;
- проектор;
- экран;

**Расчет часов
по Психологической подготовке
в 9 классе**

№	Название предмета	Количество часов		
		всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Психологическая подготовка	18	8	10

Содержание программы

Тема 1. Морально-психологические основы профессионального статуса спасателя в современном обществе

Занятие 1. Теоретическое - 1 час. Кто такой спасатель? Определение. Краткое описание профессии. Основные обязанности спасателя. История спасательного дела в России, профессиональные традиции, их роль в формировании личностных качеств спасателей. Демонстрация документальных кинофильмов.

Занятие 2. Теоретическое - 1 час. Спасение людей - смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии. Профессиональное становление спасателя. Роль морального фактора, примеры самоотверженных действий спасателей при аварии на ЧАЭС, в других чрезвычайных ситуациях.

Возрастание социальной значимости профессии спасателя в связи с ростом в современных условиях числа аварий и катастроф техногенного и природного характера.

Тема 2 Профессионально-важные качества спасателя

Занятие 1, 2, 3. Теоретическое - 3 часа. Понятие о профессионально-важных качествах, их роль в обеспечении успешной деятельности спасателя.

Психологические особенности спасателя, требуемые для профессиональной деятельности:

- личностные характеристики; эмоциональная устойчивость в экстремальных условиях, стиль взаимоотношений в отряде, готовность к риску, дисциплинированность, настойчивость и целеустремленность при ведении спасательных работ;
- статистические и динамические характеристики психических процессов: зрительного и слухового восприятия, пространственного представления, пространственной ориентировки, внимания, памяти, мышления в экстремальных условиях функционирования;
- способности к управлению собственным состоянием и работоспособностью, к мобилизации психических и физических резервов организма, к воздействию на других спасателей в критической обстановке, творческой организации деятельности в условиях неопределенности.

Занятие 4. Практическое - 1 час. Проведение опросника с целью проверки усвоения материала о профессионально-важных качествах спасателей.

Беседа и обсуждение результатов опросника в рамках групповой консультации. Ознакомление обучаемых с их индивидуальными особенностями, рекомендации по их коррекции и учету.

Тема 3. Психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях

Занятие 1. Групповое. Психологическое воздействие обстановки при чрезвычайных ситуациях техногенного и природного характера. Факторы, оказывающие травмирующее воздействие на психику человека: масштаб события, скорость его развития, опасность для жизни, потеря близких, утрата материальных ценностей, резкое изменение жизненного уклада, наличие массовых жертв, дефицит информации, потеря управления.

Демонстрация документальных кинофильмов, комментарии и беседа, по результатам их просмотра.

Занятие 2. Индивидуальные различия в характере реакций на чрезвычайную ситуацию: сохранение самообладания, способности к активной деятельности; кратковременные изменения психического состояния; патологические нарушения психической деятельности

Определение понятий: страх, ужас, паника. Индивидуальные и коллективные формы панических реакций в чрезвычайных ситуациях. Условия их возникновения, методы предупреждения и пресечения паники при ведении спасательных работ. Поведение спасателя среди паникующей и социально напряженной толпы, в условиях боевых действий, терроризма, уголовной среде.

Тема 4. Психологическая подготовка спасателя к действиям в чрезвычайных ситуациях

Занятие 1. Групповое - 1 час. Просмотр документальных фильмов о спасательных работах в условиях чрезвычайных ситуаций, в экстремальных погодных и климатических условиях, при воздействии факторов огня, задымления, высоты, водных преград, химически опасных веществ; по спасению пострадавших из-под завалов при наличии загораний, преодоление водных преград в специальном снаряжении, ликвидации аварий на химически и радиационно опасных объектах и т.д.

Комментарии и беседа после просмотра фильма: обсуждение принятых спасателями решений в условиях неопределенности, дефицита времени, внезапного изменения обстановки; их психологической закалки.

Тема 5. Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях

Занятие 1, 2. Теоретическое. Психологическая подготовленность, опыт действий в чрезвычайных ситуациях, индивидуальные особенности - факторы, определяющие психологическую устойчивость спасателя.

Изменение текущего состояния спасателя при ведении работ в условиях риска, опасности для жизни, неопределенности, лимита времени, длительных и интенсивных физических нагрузок, острых эмоциональных воздействий (работа с ранеными, погибшими). Субъективные и оперативные признаки состояний перевозбуждения, апатии, боевой готовности. Страх, его проявления.

Понятие о физических и психологических резервах организма, условиях их мобилизации. Управление состоянием спасателя и повышение эффективности спасательных работ, сохранение здоровья спасателя

Занятие 3,4. Теоретическое. Методы управления состоянием. Аутогенная тренировка, релаксация – что это такое? Способы вывода пострадавшего из обморочного состояния.

Приемы рациональной организации труда и отдыха при ведении работ

Тема 6. Основы саморегуляции и психологической реабилитации

Занятие 1, 2. Теоретическое. Стресс, напряжение, утомление, переутомление, нервный срыв, депрессия. Методики восстановления. Отдых. Лечение Профилактические мероприятия: питание, активный отдых, функциональный покой, функциональная музыка. Основы восстановления работоспособности.

Занятие 3,4. Теоретическое. Саморегуляция. Понятие. Методы саморегуляции.

Просмотр документального фильма. Беседа о его содержании

Тематическое планирование

№	тема	Номер занятия	Количество часов
1.	Морально – психологические основы профессионального статуса спасателя в современной обществе	1, 2	2
2.	Профессионально – важные качества спасателя	3,4, 5, 6	4
3.	Психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях	7,8	2
4.	Психологическая подготовка спасателя к действиям в чрезвычайных ситуациях	9,10	2
5.	Методы управления психологическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайной ситуации	11, 12, 13, 14	4
6.	Основы саморегуляции и психологической реабилитации	15, 16, 17, 18	4
	ИТОГО:		18

Литература

1. Социальная психология. - М.: Политиздат, 1975.
2. Приемы психической саморегуляции Практическое пособие. - М., ПАВС, 1992.
3. Волович В.Г. С природой один на один (адаптация и выживание в экстремальных условиях). - М., Воениздат, 1989.
4. Волович В.Г. На грани риска (Выживание в экстремальных условиях). - Мысль, 1986.
5. Бахарев В.Д. Аутотренинг. - М.: Знание, 1992.
6. Андреева Г.М. Социальная психология. - М.: Изд-во МГУ, 1980.
7. Айдаралиев А.А., Максимов А.Л. Адаптация человека к экстремальным условиям -Л.: Наука, 1988.

Кино- и видеофильмы, рекомендуемые для просмотра в ходе психологической подготовки спасателей к действиям в чрезвычайных ситуациях:

«Против огненной стихии». 1ЛГО СССР;

«Землетрясение в Ташкенте». ШГО СССР;

«В случае аварии на АЭС». ШГО СССР;

«Действия в зоне карантина». ШГО СССР;

«Между жизнью и смертью». НИИ общей реаниматологии;

«Пришедшие в час беды». ШГО СССР;

«Меры безопасности при проведении спасательных и других неотложных работ». ШГО СССР,

«Поисково-спасательные работы в горах» ГосНИИ ГА;

«Поисково-спасательные работы на воде». ГосНИИ ГА;

«Ураган».