

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Новоселовская средняя общеобразовательная школа»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«Психологическая подготовка спасателей»

Уровень общего образования (класс): среднее общее образование 10-11 класс

Количество часов в год 8 часов (17 за курс)

Учитель Токарева Ирина Геннадьевна

Учебник: не предусмотрен.

2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

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

Сформулированная цель ставит следующие **задачи курса:**

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

Общая характеристика учебного предмета

«Психологическая подготовка спасателей» является специальной учебной дисциплиной в образовательной программе класса МЧС (профиль универсальный, направленность: пожарно-спасательная)

В данную учебную программу входят основы психологии риска и чрезвычайных ситуаций, психологии стресса и психологической помощи, реабилитационной психологии и необходимой каждому человеку психологии безопасности.

Все темы разработаны на основе современных представлений об особенностях воздействия поражающих факторов чрезвычайных ситуаций на психику человека, опыта действий аварийно-спасательных формирований и войск ГО при ликвидации последствий ЧС природного и техногенного характера.

Приобретаемые в ходе изучения данной программы знания и навыки могут быть в дальнейшем использованы учащимися в повседневной жизни, и, кроме того, позволяют облегчить процесс профессиональной ориентации обучаемых.

Помимо психологических аспектов, программа затрагивает проблемы, обсуждаемые в других дисциплинах: в истории, биологии, этологии, социологии, медицине и т. д. Таким образом, данная программа является интегрированным курсом, в ходе изучения которого учащиеся обучаются определять межпредметные связи, а также

применять полученные в ходе обучения знания на практике.

Актуальность программы в том, что в современных условиях на фоне непрерывного роста количества чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и увеличения количества пострадавших, в том числе и погибших при ЧС, возникает острая необходимость не только обучить население правильным действиям в экстремальных ситуациях, но и обеспечить готовность населения к применению этих знаний.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Программа рассчитана на два года и предназначена для занятий с обучающимися 10-11 классов пожарно-спасательной направленности.

Год обучения	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Всего часов за учебный год
10 класс	0,25	8	8
11 класс	0,25	8	8

Содержание программы

10 класс

Тема №1. Психологические основы профессиональной деятельности пожарного в современном обществе

Возрастание социальной значимости профессии пожарного в связи с ростом в современных условиях числа аварий и катастроф техногенного и природного характера. Проведение тестирования с целью выявления особенностей мотивации поведения обучаемых.

Тема № 2. Профессионально-важные качества пожарных

Понятие о профессионально-важных качествах, их роли в обеспечении успешной деятельности пожарного. Психологические особенности и личностные характеристики пожарного, требуемые для профессиональной деятельности. Проведение тестирования

обучаемых с целью выявления степени развития необходимых профессионально-важных качеств.

Тема № 3. Психофизиологические особенности труда пожарных

Факторы, влияющие на состояние пожарного в период несения службы. Воздействие физических, химических, биологических, психологических факторов на организм пожарного.

Социально-психологические и медицинские аспекты деятельности пожарных. Проведение тренинга психологической устойчивости к стрессам.

Тема № 4. Психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях

Факторы, оказывающие травмирующее воздействие на психику человека. Индивидуальные различия в характере реакций на чрезвычайную ситуацию. Ознакомление с клинической картиной психогенных расстройств, возникающих в чрезвычайных ситуациях.

Тема № 5. Программа действий пожарного по обеспечению личной профессиональной безопасности

Субъективные и оперативные признаки состояний перевозбуждения, апатии, боевой готовности. Страх, его проявления. Управление состоянием пожарного, методы регуляции психических состояний.

Тема № 6. Формирование практических навыков аутогенной тренировки, навыков по быстрому восстановлению и снятию усталости

Обучение упражнениям для проведения аутогенной тренировки. Формирование практических навыков по быстрому восстановлению и снятию усталости.

Тема №7. Экстремальные условия как элемент жизнедеятельности специалистов

Социально-значимые ценности и мотивы специалистов, занимающие ведущую роль во всей их психической деятельности и поведении в экстремальных условиях.

Тема № 8. Практическая работа. Профиль личности в экстремальных условиях

Профиль личности по тесту ММРІ (опросник Миннесотского многомерного личностного перечня) позволяет построить профессиографический портрет и модель профессионально важных психологических качеств специалиста, работа которого проходит в экстремальных условиях.

11 класс

Тема № 9. Практическая работа. Методика многофакторного исследования личности Р.Кетелла. Формирование практических навыков для работы с психологическими тестами.

Тема № 10. Психология личности командира в экстремальных условиях

Проблема развития личности является одной из центральных проблем современного человечества. Она определяется осознанием человеком своих возможностей, проявляемых в конкретных условиях, в том числе экстремальных, принятием ответственности за развитие самого себя, ближайшего окружения, общества. Значимость проблемы качественно усиливается, если мы рассматриваем руководителя, ответственного как за себя и окружающих, так и за решение проблемы, возложенной на него государством и обществом.

Тема № 11. Практическая работа. Выявление лидера «Социометрия».

Эта методика позволяет определить социально-психологический климат в коллективе и выявить потенциального лидера.

Тема № 12. Регулирование командных процессов в экстремальных условиях

Стили построения делового общения руководителя со специалистами и специалистов между собой в экстремальных условиях.

Тема № 13. Методы профилактики и разрешения конфликтов в группе при экстремальных условиях

Анализ конфликтов, его структурные элементы, типы конфликтов.
Основные стили разрешения конфликтов.

Тема № 14 Тренинг «Пути разрешения конфликтов»

Изучение психологических закономерностей, механизмов и способов межличностного взаимодействия для создания основы эффективного и гармоничного общения с людьми.

Тема № 15. Психологическая игра « Эффективная коммуникация»

Развитие навыков успешного общения для достижения общих целей. Научиться соизмерять и координировать свои действия с действиями других людей.

Тема № 16. Диагностика острых и посттравматических стрессовых нарушений

Посттравматические стрессовые расстройства после совершения профессиональной деятельности в экстремальных условиях, их диагностика с помощью многофакторного теста ММРІ и цветового теста Люшера.

Календарно- тематическое планирование (10 класс)

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения
1	Психологические основы профессиональной деятельности пожарного в современном обществе	1	
2	Профессионально-важные качества пожарных	1	
3	Психофизиологические особенности труда пожарных	1	
4	Психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях	1	
5	Программа действий пожарного по обеспечению личной профессиональной безопасности	1	
6	Формирование практических навыков аутогенной тренировки, навыков по быстрому восстановлению и снятию усталости	1	
7	Экстремальные условия как элемент жизнедеятельности специалистов	1	
8	Практическая работа. Профиль личности в экстремальных условиях	1	

Календарно-тематическое планирование (11 класс)

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения
1	Практическая работа. Методика многофакторного исследования личности Р.Кетелла. Формирование практических навыков для работы с психологическими тестами.	1	
2	Психология личности командира в экстремальных условиях	1	
3	Практическая работа. Выявление «Социометрия».	1	

4	Регулирование командных процессов в экстремальных условиях	1	
5	Методы профилактики и разрешения конфликтов в группе при экстремальных условиях	1	
6	Тренинг «Пути разрешения конфликтов	1	
7	Психологическая игра «Эффективная коммуникация»	1	
8	Диагностика острых и посттравматических стрессовых нарушений	1	

Образовательные технологии, формы и методы, используемые в ходе реализации программы:

Методы.

По способу организации занятий:

- рассказ, беседа, диспут, обсуждение;
- тренинги, упражнения, тесты, деловые игры, «пятиминутки» саморегуляции;
- работа с литературой, интернет-источниками.

По уровню деятельности учащихся:

- объяснительно-иллюстративный;
- репродуктивный: воспроизведение знаний во время бесед и итоговых занятий по пройденным темам;
- участие в коллективном поиске, например, способов решения проблемы.

Формы.

Формы организации деятельности:

- групповая (беседы, диспуты, игры в тренингах);
- индивидуально-групповая (выполнение упражнений индивидуально и в группах);
- индивидуальная (решение тестов, высказывание мнения по тому или иному вопросу)

Типы уроков:

- урок объяснения нового материала;
- урок закрепления изученного материала;

- практическое занятие;
- комбинированный урок;
- урок контроля знаний и умений;
- психологическое тестирование;
- тренинговое занятие;
- урок обобщения и систематизации знаний.

В учебном процессе используются интерактивные технологии обучения, такие как тренинги, деловые и имитационные игры и др. Традиционные учебные занятия максимально активизируют познавательную деятельность обучающихся. В учебном процессе используются компьютерные презентации учебного материала, проводится контроль знаний обучающихся с использованием электронных вариантов тестов.

Программа реализуется с использованием передовых образовательных технологий таких, как применение информационных технологий в образовательном процессе, использование ресурсов сети Интернет, предоставление учебных материалов в электронном виде, использование мультимедийных средств.

Внеучебная деятельность обучающихся направлена на их самореализацию в различных сферах. У обучающихся формируются профессионально значимые личностные качества, такие как эмпатия, толерантность, ответственность, жизненная активность, профессиональный оптимизм и общепрофессиональные компетенции.

Требования к результатам освоения программы

В результате изучения дисциплины учащиеся должны: Знать:

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

Уметь:

- учитывать свои индивидуальные психологические особенности при тушении

пожаров и проведении первоочередных аварийно-спасательных работ и корректировать их;

- учитывать психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях;

- применять на практике знания, умения и навыки в поддержании психологической готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях;

- контролировать своё психическое состояние и применять приёмы управления им;

- развивать способности к быстрой внутренней мобилизации при действиях в условиях риска для жизни;

- поддерживать эффективное внутригрупповое взаимодействие.

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

Ожидаемые результаты могут быть сведены к следующим:

- развитие психологической устойчивости учащихся в целом и как частность, развитие психологического аспекта культуры безопасности жизнедеятельности;

- приобретение учащимися знаний и практических умений по распознаванию и преодолению опасных ситуаций психологического характера, которые могут возникнуть в их жизни, о способах и мерах защиты от них;

- выработка у учащихся умений оказывать сопротивление деструктивному психологическому воздействию на них на основании целостного представления об устройстве человека.

Методическое обеспечение реализации программы

Основная литература:

Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных /Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М.: Смысл, 2007. - 319 с.

Самонов А. П. Психологическая подготовка пожарных.—М.: Стройиздат, 1982.

Шойгу С.К., Кудинов С.М., Неживой А.Ф., Ножевой С.А. Учебник спасателя. М., 1997.

Дополнительная литература

Медицина чрезвычайных ситуаций. Организация. Клиника. Диагностика. Лечение. Реабилитация. Инновации. В 2 т. Т. 2 [Электронный ресурс] / Под ред. Р.А. Нигмедзянова,

Л.А. Глазникова. - Казань: Изд-во Казан. ун-та., 2015 г.

Психология стресса [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Б.Р. Мандель. - М.: ФЛИНТА Климов Е.А. ,2014 г.

Введение в психологию труда: Учебник для вузов. М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1998.

Немов Р.С. Практическая психология. М.: Владос. 1998.

Приемы психологической саморегуляции для спасателей и пожарных.
Методич.рекомендации / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М., 2006.

Психологический словарь под ред. Зинченко В.П. Мещерякова. М.: Педагогика-пресс. 1998.

Экстренная допсихологическая помощь. Практическое пособие. М.: 2012.