

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Чирикова Лилия Ивановна

Должность: Директор филиала

Дата подписания: 11.12.2019

Уникальный программный идентификатор:

750e77999bb0631a45cbf7b4a579c1095bcef032814fee919138f73a4ce0cad5

Аннотация рабочей программы дисциплины

Специальность **23.05.04 Эксплуатация железных дорог**

Дисциплина **ФД.04 Стресс-менеджмент**

Форма обучения: очная

Цели освоения дисциплины: получение студентами профессиональных компетенций в области стресс - менеджмента в соответствии с современными научными представлениями.

Формируемые компетенции:

УК-6: Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни.

Индикатор:

УК-6.1. Знает способы определения и реализации приоритетов развития собственной деятельности и образования, основы лидерства.

Планируемые результаты обучения: В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать: основы оценки социальноэкономической эффективности разработанных мероприятий по охране здоровья персонала.

Уметь: использовать адекватные методы прогнозирования и предупреждения травматизма и профессиональных заболеваний.

Владеть: методами оценки и прогнозирования профессиональных рисков, методами анализа травматизма и профессиональных заболеваний.

Содержание дисциплины:

Раздел 1. Понятие стресс-менеджмента.

Раздел 2. Психофизиологические механизмы стресса.

Раздел 3. Типологии людей в соответствии со стрессоустойчивостью. Темперамент и стресс.

Раздел 4. Формы проявления производственных стрессов.

Раздел 5. Диагностика профессиональных стрессов.

Раздел 6. Диагностика индивидуальных компонентов стрессоустойчивости.

Раздел 7. Профессиональное выгорание как следствие постоянного стресса средней интенсивности.

Раздел 8. Профилактика стрессов.

Раздел 9. Способы борьбы с последствиями стрессов.

Виды учебной работы: лекции, практические работы, самостоятельная работа.

Используемые образовательные технологии: традиционные и инновационные.

Формы текущего контроля успеваемости: опрос по теории, тестирование, отчеты по практическим работам.

Формы промежуточной аттестации: зачет (8).

Трудоемкость дисциплины: 2 ЗЕТ.