

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Клочков Юрий Сергеевич  
 Должность: и.о. ректора  
 Дата подписания: 06.05.2024 09:43:11  
 Уникальный программный ключ:  
 4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d7400d1

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
 Стресс-менеджмент**

**Основной профессиональной образовательной программы по направлению  
 подготовки**

**21.03.01 Нефтегазовое дело**

**Направленность:**

**«Бурение нефтяных и газовых скважин», «Проектирование и эксплуатация систем транспорта, хранения и сбыта углеводородов», «Строительство и обслуживание систем транспорта, хранения и сбыта углеводородов», «Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти», «Эксплуатация и обслуживание объектов добычи газа, газоконденсата и подземных хранилищ», «Эксплуатация и обслуживание технологических объектов нефтегазового производства»**

**1. Цели изучения дисциплины:** позволит обучающемуся овладеть теоретическими и прикладными профессиональными знаниями, умениями и практическими навыками в области психологии и физиологии стресса современного общества. В ходе освоения дисциплины, студенты приобретают навыки проводить профилактику стрессовых ситуаций, в том числе профессионального стресса и выгорания.

**2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина «Стресс-менеджмент» относится к элективным дисциплинам обязательной части блока 1 учебного плана.

Содержание дисциплины служит основой для освоения дисциплины «Проектная деятельность».

**3. Результаты освоения дисциплины: формируемые компетенции и индикаторы их достижения**

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)	Код и наименование результата обучения по дисциплине
<b>УК-6.</b> Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<b>УК-6.1</b> эффективно управляет собственным временем	<b>Знать:</b> понятие работа и отдых, и время разделения на рабочее и досуговое (З1);
		<b>Уметь:</b> планировать рабочее и досуговое время (У1);
		<b>Владеть:</b> навыками управлять своим временем (В1);
	<b>УК-6.2</b> планирует траекторию своего профессионального развития и предпринимает шаги по её реализации	<b>Знать:</b> траектории профессионального развития (З2);
<b>Уметь:</b> управлять стрессами на уровне своего профессионального развития (У2);		
		<b>Владеть:</b> навыками планирования траектории профессионального развития (В2);

		<p><b>Знать:</b> методы повышения стрессоустойчивости у сотрудников (З3);</p>
	<p><b>УК-6.3</b> использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков</p>	<p><b>Уметь:</b> применять методы повышения стрессоустойчивости у сотрудников (У3);</p>
		<p><b>Владеть:</b> навыками и методами повышения стрессоустойчивости у сотрудников (В3);</p>
<p><b>УК-8</b> способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p><b>УК-8.1</b> идентифицирует угрозы (опасности) природного и техногенного происхождения для жизнедеятельности человека</p>	<p><b>Знать:</b> классификацию факторов, приводящих к стрессовым ситуациям (З4);</p>
		<p><b>Уметь:</b> оценивать стрессовые ситуации (У4);</p>
	<p><b>УК-8.2</b> поддерживает безопасные условия жизнедеятельности, выявлять признаки, причины и условия возникновения чрезвычайных ситуаций</p>	<p><b>Владеть:</b> навыками идентификации опасных и стрессовых ситуаций (В4);</p>
		<p><b>Знать:</b> инструменты преодоления негативных последствий, вызванных стрессовыми ситуациями (З5);</p>
	<p><b>УК-8.3</b> оценивает вероятность возникновения потенциальной опасности и принимает меры по ее предупреждению</p>	<p><b>Уметь:</b> применять инструменты преодоления негативных последствий, вызванных стрессовыми ситуациями (У5);</p>
		<p><b>Владеть:</b> инструментами преодоления негативных последствий, вызванных стрессовыми ситуациями (В5);</p>
		<p><b>Знать:</b> инструменты преодоления стрессовых ситуаций (З6);</p>
		<p><b>Уметь:</b> применять методы профилактики стрессовых ситуаций (У6);</p>
		<p><b>Владеть:</b> методами профилактики стрессовых ситуаций (В6);</p>

**4. Общая трудоемкость дисциплины**  
составляет 3 зачетных единиц, 108 часов

**5. Форма промежуточной аттестации**  
очная форма обучения: зачет/ 2 семестр  
заочная форма обучения: зачет/ 3 семестр

**Рабочую программу разработали**

Л.В. Васильева, доцент кафедры, к.ист.н., доцент

И.В. Толстоухова, доцент кафедры, к.пед.н., доцент

**Руководитель образовательной программы**



А.Л. Пимнев

«30» августа 2021 г.