

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Институт фундаментальной медицины и биологии



**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по образовательной деятельности КФУ  
проф. Таюрский Д.А.

"\_\_" \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

## **Программа дисциплины**

Психофизиология здоровья человека Б1.В.ДВ.3

Направление подготовки: 06.04.01 - Биология

Профиль подготовки: Физиология человека и животных

Квалификация выпускника: магистр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2019

**Автор(ы):** Звездочкина Н.В.

**Рецензент(ы):** Розенталь С.Г.

### **СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий(ая) кафедрой:

Протокол заседания кафедры No \_\_\_ от "\_\_\_" \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:

Протокол заседания УМК No \_\_\_ от "\_\_\_" \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

## Содержание

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы
2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
  - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
  - 4.2. Содержание дисциплины
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
  - 6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы и форм контроля их освоения
  - 6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания
  - 6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
  - 6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
  - 7.1. Основная литература
  - 7.2. Дополнительная литература
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Программу дисциплины разработал(а)(и) старший преподаватель, к.н. Звездочкина Н.В. (кафедра физиологии человека и животных, Центр биологии и педагогического образования), Natalia.Zvezdochkina@kpfu.ru

### 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Выпускник, освоивший дисциплину, должен обладать следующими компетенциями:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОПК-2	готовность руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия
ПК-4	способность генерировать новые идеи и методические решения
ПК-6	способность руководить рабочим коллективом, обеспечивать меры производственной безопасности
ПК-8	способность планировать и проводить мероприятия по оценке состояния и охране природной среды, организовать мероприятия по рациональному природопользованию, оценке и восстановлению биоресурсов

Выпускник, освоивший дисциплину:

Должен знать:

понятие 'здоровье', классификацию  
способы поддержания здоровья  
представления о здоровом образе жизни

Должен уметь:

провести диагностику разных форм здоровья;  
разработать рекомендации для поддержания здоровья.

Должен владеть:

теоретическими знаниями по психофизиологии здоровья

Должен демонстрировать способность и готовность:

к проведению диагностики здоровья разных групп населения  
определить физиологические и психологические резервы здоровья отдельного человека  
дать рекомендации по оптимизации здорового образа жизни

### 2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел "Б1.В.ДВ.3 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 06.04.01 "Биология (Физиология человека и животных)" и относится к дисциплинам по выбору.

Осваивается на 1 курсе в 2 семестре.

### 3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы) на 108 часа(ов).

Контактная работа - 24 часа(ов), в том числе лекции - 6 часа(ов), практические занятия - 0 часа(ов), лабораторные работы - 18 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 0 часа(ов).

Самостоятельная работа - 84 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 0 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет во 2 семестре.

### 4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

#### 4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

N	Разделы дисциплины / модуля	Семестр	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Психофизиология здоровья как наука и предмет. Понятие о здоровье, определение категории и признаков здоровья человека.	2	2	0	0	12
2.	Тема 2. Физиологические основы психической деятельности. Функциональные состояния. Цикл сон/бодрствование	2	2	0	3	12
3.	Тема 3. Методы оценки здоровья человека	2	0	0	4	15
4.	Тема 4. Физиология человека в контексте его здоровья	2	0	0	0	12
5.	Тема 5. Психофизиология эмоционально-потребностной сферы	2	2	0	0	12
6.	Тема 6. Когнитивные способности человека и пути их совершенствования	2	0	0	2	12
7.	Тема 7. Психофизиология внимания	2	0	0	4	4
8.	Тема 8. Психофизиология речи	2	0	0	2	2
9.	Тема 9. Психофизиология аддиктивного поведения	2	0	0	3	3
	Итого		6	0	18	84

#### 4.2 Содержание дисциплины

##### Тема 1. Психофизиология здоровья как наука и предмет. Понятие о здоровье, определение категории и признаков здоровья человека.

История представлений о здоровье в трудах древних ученых. Науки о здоровье. Современное определение здоровья: психическое здоровье, Социальная обусловленность здоровья.

Классификация понятия здоровье: индивидуальное, групповое, общественное.

Показатели здоровья населения: Медико-демографические, Показатели заболеваемости. Факторы, определяющие здоровье. Здоровый образ жизни.

##### Тема 2. Физиологические основы психической деятельности. Функциональные состояния. Цикл сон/бодрствование

Функциональное состояние организма. Показатели функциональных состояний. Методы оценки. Регуляция функциональных состояний на уровне целого мозга.

Состояние бодрствования

Цикл сон ? бодрствование

Уровни активации и эффективность психических процессов

Роль ретикулярной формации среднего мозга в формировании состояния бодрствования

Роль других структур в регуляции бодрствования

##### Тема 3. Методы оценки здоровья человека

Опросник для определения физической активности.

Оценка физического развития (соотношение массо-ростового индекса, окружности талии, бедер).

Определение рациональности питания.

Оценка состояния здоровья (Опросник SF-36).

5. Определение хронотипа и работоспособности.

6. Исследование состояния организма человека с помощью теста дифференциальной самооценки функционального состояния (опросник САН).

7. Тест на определение стрессоустойчивости

#### **Тема 4. Физиология человека в контексте его здоровья**

Объективное единство систем человека: биологическая, психическая и социальная система человека. Факторы, обеспечивающие здоровье человека: биологические (наследственность, тип высшей нервной деятельности, конституция, темперамент и т. п.); природные (климат, ландшафт, флора, фауна и т. д.); состояние окружающей среды;

социально-экономические; уровень развития здравоохранения.

Модели формирования здоровья человека.

#### **Тема 5. Психофизиология эмоционально-потребностной сферы**

Мотивация как фактор организации поведения.

Определение и классификация потребностей человека.

Психофизиологические механизмы возникновения потребностей человека.

Физиологические механизмы эмоций человека. Эмоциональные состояния человека. Психофизиологическая диагностика и методы изучения эмоций человека.

#### **Тема 6. Когнитивные способности человека и пути их совершенствования**

Когнитивная наука: история, предмет, задачи и методы исследования

Когнитивные процессы: их содержание и типы

Когнитивные функции мозга: структура познания. Когнитивная карта: понятие, исследования, особенности

Эпоха когнитивных технологий. Когнитивные технологии в образовании.

5. Развитие когнитивных способностей человека.

6. Основные когнитивные нарушения

#### **Тема 7. Психофизиология внимания**

Внимание и функциональное состояние мозга человека. Методы изучения и диагностики внимания человека. Нейрофизиологические механизмы внимания у человека. Основные теории формирования внимания у человека. Роль левого и правого полушарий мозга в процессе внимания у человека. Произвольное и непроизвольное внимание.

#### **Тема 8. Психофизиология речи**

Неречевые формы коммуникации у человека, их роль в организации поведения. Речь как система сигналов. Периферические системы обеспечения речи. Мозговые центры речи. Речь и межполушарная асимметрия.

Электрофизиологические корреляты речевых процессов.

Развитие речи и специализация полушарий в онтогенезе.

#### **Тема 9. Психофизиология аддиктивного поведения**

Зависимости человека: наркотическая аддикция (включая токсикоманию),

алкогольная и табачная аддикции, компьютерные, игровые (включая и компьютерные игры), трудовые зависимости, экзотические пищевые, любовные и сексуальные и многие другие. Методы коррекции аддиктивного поведения человека и сохранение здоровья.

### **5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 апреля 2017 года №301).

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-996ин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений".

Положение от 29 декабря 2018 г. № 0.1.1.67-08/328 "О порядке проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет".

Положение № 0.1.1.67-06/241/15 от 14 декабря 2015 г. "О формировании фонда оценочных средств для проведения текущей, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"".

Положение № 0.1.1.56-06/54/11 от 26 октября 2011 г. "Об электронных образовательных ресурсах федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"".

Регламент № 0.1.1.67-06/66/16 от 30 марта 2016 г. "Разработки, регистрации, подготовки к использованию в учебном процессе и удаления электронных образовательных ресурсов в системе электронного обучения федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"".

Регламент № 0.1.1.67-06/11/16 от 25 января 2016 г. "О балльно-рейтинговой системе оценки знаний обучающихся в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"".

Регламент № 0.1.1.67-06/91/13 от 21 июня 2013 г. "О порядке разработки и выпуска учебных изданий в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"".

## 6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

### 6.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы и форм контроля их освоения

Этап	Форма контроля	Оцениваемые компетенции	Темы (разделы) дисциплины
<b>Семестр 2</b>			
	<b>Текущий контроль</b>		
1	Презентация	ОПК-2 , ПК-4 , ПК-6 , ПК-8	2. Физиологические основы психической деятельности. Функциональные состояния. Цикл сон/бодрствование 5. Психофизиология эмоционально-потребностной сферы 6. Когнитивные способности человека и пути их совершенствования 7. Психофизиология внимания
2	Научный доклад	ОПК-2 , ПК-4 , ПК-6 , ПК-8	2. Физиологические основы психической деятельности. Функциональные состояния. Цикл сон/бодрствование 9. Психофизиология аддиктивного поведения
3	Отчет	ОПК-2 , ПК-4 , ПК-6 , ПК-8	3. Методы оценки здоровья человека
	<b>Зачет</b>	ОПК-2, ПК-4, ПК-6, ПК-8	

### 6.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Форма контроля	Критерии оценивания				Этап
	Отлично	Хорошо	Удовл.	Неуд.	
<b>Семестр 2</b>					
<b>Текущий контроль</b>					

Форма контроля	Критерии оценивания				Этап
	Отлично	Хорошо	Удовл.	Неуд.	
Презентация	Превосходный уровень владения материалом. Высокий уровень доказательности, наглядности, качества преподнесения информации. Степень полноты раскрытия материала и использованные решения полностью соответствуют задачам презентации. Используются надлежащие источники и методы.	Хороший уровень владения материалом. Средний уровень доказательности, наглядности, качества преподнесения информации. Степень полноты раскрытия материала и использованные решения в основном соответствуют задачам презентации. Используются источники и методы в основном соответствуют поставленным задачам.	Удовлетворительный уровень владения материалом. Низкий уровень доказательности, наглядности, качества преподнесения информации. Степень полноты раскрытия материала и использованные решения слабо соответствуют задачам презентации. Используются источники и методы частично соответствуют поставленным задачам.	Неудовлетворительный уровень владения материалом. Неудовлетворительный уровень доказательности, наглядности, качества преподнесения информации. Степень полноты раскрытия материала и использованные решения не соответствуют задачам презентации. Используются источники и методы не соответствуют поставленным задачам.	1
Научный доклад	Тема полностью раскрыта. Продемонстрирован высокий уровень владения материалом по теме работы. Используются надлежащие источники в нужном количестве. Структура работы и применённые методы соответствуют поставленным задачам.	Тема в основном раскрыта. Продемонстрирован средний уровень владения материалом по теме работы. Используются надлежащие источники. Структура работы и применённые методы в основном соответствуют поставленным задачам.	Тема частично раскрыта. Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом по теме работы. Используются источники, структура работы и применённые методы частично соответствуют поставленным задачам.	Тема не раскрыта. Продемонстрирован неудовлетворительный уровень владения материалом по теме работы. Используются источники, структура работы и применённые методы не соответствуют поставленным задачам.	2
Отчет	Продемонстрирован высокий уровень владения материалом. Используются надлежащие источники в нужном количестве. Структура работы и применённые методы соответствуют поставленным задачам.	Продемонстрирован средний уровень владения материалом. Используются надлежащие источники. Структура работы и применённые методы в основном соответствуют поставленным задачам.	Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом. Используются источники, структура работы и применённые методы частично соответствуют поставленным задачам.	Продемонстрирован неудовлетворительный уровень владения материалом. Используются источники, структура работы и применённые методы не соответствуют поставленным задачам.	3
	<b>Зачтено</b>		<b>Не зачтено</b>		
<b>Зачет</b>	Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой дисциплины.		Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.		

**6.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

**Семестр 2**

## **Текущий контроль**

### **1. Презентация**

Темы 2, 5, 6, 7

Тема 5.

1. Мотивация как фактор организации поведения.
2. Определение и классификация потребностей.
3. Психофизиологические механизмы возникновения потребностей.
4. Физиологические механизмы эмоций.
5. Психофизиологическая диагностика и методы изучения эмоций.

Тема 6.

1. Когнитивная наука: история, предмет, задачи и методы исследования
2. Когнитивные процессы: их содержание и типы
3. Когнитивные функции мозга: структура познания. Когнитивная карта: понятие, исследования, особенности
4. Эпоха когнитивных технологий. Когнитивные технологии в образовании.
5. Развитие когнитивных способностей человека.
6. Основные когнитивные нарушения.

Тема 7

1. Внимание и функциональное состояние мозга.
2. Методы изучения и диагностики внимания.
3. Нейрофизиологические механизмы внимания.
4. Роль левого и правого полушарий мозга в процессе внимания.

### **2. Научный доклад**

Темы 2, 9

Тема 2

1. Подходы к определению функциональных состояний. Классификации ФС.
2. Методы диагностики функциональных состояний.
3. Теория функциональных систем П.К. Анохина
4. Поведение А-типа и соматические заболевания.
5. Искусственная обратная связь в медицинской практике и психофизиологических исследованиях.

Тема 9

1. Понятие ?аддиктивное поведение?. Классификация аддикций.
2. Психофизиологические механизмы аддиктивного поведения.
3. Механизмы формирования наркотической и алкогольной аддикции.
4. Зависимость от работы, игры, гаджет-зависимость.

### **3. Отчет**

Тема 3

1. Опросник для определения физической активности.
2. Оценка физического развития (соотношение массо-ростового индекса, окружности талии, бедер).
3. Определение рациональности питания.
4. Оценка состояния здоровья (Опросник SF-36).
5. Определение хронотипа и работоспособности.
6. Исследование состояния организма человека с помощью теста дифференциальной самооценки функционального состояния (опросник САИ).
7. Тест на определение стрессоустойчивости

### **Зачет**

Вопросы к зачету:

1. Определение категории ?здоровье человека?.
2. Иерархическая структура категории ?здоровье человека?.
3. Исследование демографической ситуации государства.
4. Социальная структура категории ?здоровье человека?.
5. Основные признаки здоровья человека.
6. Биологический уровень физического здоровья человека.
7. Особенности психологического уровня человека и состояние здоровья человека.
8. Влияние факторов окружающей среды на формирование здоровья человека.
9. Глобальная проблема обеспечения здоровья человека. Ее основные причины.
10. Структура системы охраны здоровья человека
11. Критерии психофизиологического здоровья.
12. Характеристика факторов здоровья.
13. Причины нарушения здоровья.
14. Задачи системы охраны здоровья

15. Психофизиология функциональных состояний. Проблемы диагностики функциональных состояний.
16. Физиологические основы психической деятельности
17. Определение и классификация потребностей. Физиологические механизмы возникновения витальных потребностей. Мотивация как фактор организации поведения.
18. Физиологические механизмы эмоций.
19. Когнитивные способности человека и пути их совершенствования
20. Развитие речи и специализация полушарий в онтогенезе. Электрофизиологические корреляты речевых процессов.
21. Понятие ?Внимание?, классификация. Методы диагностики внимания. Нейрофизиологические механизмы внимания.
22. Психофизиологический подход к определению сознания. Измененные состояния сознания.
23. Биоритмы и их роль в формировании функционального состояния организма. Десинхронозы.
24. Определение сна. Возрастные изменения сна. Последствия депривации сна.
25. Фазы сна, их чередование, продолжительность сна.
26. Нейрофизиологические механизмы сна.
27. Медиаторы сна и бодрствования.
28. Нарушения сна и их коррекция
29. Наркомания как социальная и психологическая проблема. Проблема лечения наркомании. Пути профилактики наркомании.

#### **6.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

В КФУ действует балльно-рейтинговая система оценки знаний обучающихся. Суммарно по дисциплине (модулю) можно получить максимум 100 баллов за семестр, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов.

Для зачёта:

56 баллов и более - "зачтено".

55 баллов и менее - "не зачтено".

Для экзамена:

86 баллов и более - "отлично".

71-85 баллов - "хорошо".

56-70 баллов - "удовлетворительно".

55 баллов и менее - "неудовлетворительно".

Форма контроля	Процедура оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	Этап	Количество баллов
<b>Семестр 2</b>			
<b>Текущий контроль</b>			
Презентация	Обучающиеся выполняют презентацию с применением необходимых программных средств, решая в презентации поставленные преподавателем задачи. Обучающийся выступает с презентацией на занятии или сдаёт её в электронном виде преподавателю. Оцениваются владение материалом по теме презентации, логичность, информативность, способы представления информации, решение поставленных задач.	1	20
Научный доклад	Обучающиеся самостоятельно пишут работу на заданную тему и сдают преподавателю в письменном виде. В работе производится обзор материала в определённой тематической области либо предлагается собственное решение определённой теоретической или практической проблемы. Оцениваются проработка источников, изложение материала, формулировка выводов, соблюдение требований к структуре и оформлению работы, своевременность выполнения. В случае публичной защиты оцениваются также ораторские способности.	2	20
Отчет	Обучающийся пишет отчёт, в котором отражает выполнение им, в соответствии с полученным заданием, определённых видов работ, нацеленных на формирование профессиональных умений и навыков. Оцениваются достигнутые результаты, проявленные знания, умения и навыки, а также соответствие отчёта предъявляемым требованиям.	3	10
<b>Зачет</b>	Зачёт нацелен на комплексную проверку освоения дисциплины. Обучающийся получает вопрос (вопросы) либо задание (задания) и время на подготовку. Зачёт проводится в устной, письменной или компьютерной форме. Оценивается владение материалом, его системное освоение, способность применять нужные знания, навыки и умения при анализе проблемных ситуаций и решении практических заданий.		50

## 7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

### 7.1 Основная литература:

1. Рыбников, Олег Николаевич. Психофизиология профессиональной деятельности : учеб. для студ. вузов / О. Н. Рыбников. ? М. : Академия, 2010. ? 320 с. ? (Высшее профессиональное образование) .? Библиогр.: с. 308-315 .? ISBN 978-5-7695-6435-2 : p.337.70.
2. Психофизиология функциональных состояний и познавательной деятельности здорового и больного человека [Текст] / В. А. Илюхина ; Рос. акад. наук, Ин-т мозга человека им. акад. Н. П. Бехтеревой. - Санкт-Петербург : Издательство Н-Л, 2010. - 367 с. : ил., табл. - Библиогр.: с. 349-362. - ISBN 978-5-94869-089-6 : Б. ц. Психофизиология функциональных состояний и познавательной деятельности здорового и больного человека. ? СПб., 2010

### 7.2. Дополнительная литература:

1. Мандель Б.Р. Аддиктология или психология зависимостей <http://zodorov.ru/uchebnoe-posobie-dlya-studentov-visshih-uchebnih-zavedenij.html?page=22>
2. Руководство по аддиктологии / под ред. В.Д. Менделевича. - СПб.: Речь, 2007. - С. 389-405.
3. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости / А.Ю. Егоров. - СПб.: Речь, 2007. - С. 110-113

## 8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- Ургентная адикция - [https://studref.com/332528/pedagogika/urgentnaya\\_addiksiya](https://studref.com/332528/pedagogika/urgentnaya_addiksiya)
- Бурова В.А. 'Социально-психологические аспекты Интернет-зависимости' - <http://user.lvs.ru/vita/doclad.htm>
- Ильин Е. П. Психофизиология состояний человека СПб.: Питер, 2005. ? 412 с: ил. ISBN 5-469-00446-5 - <http://www.klex.ru/ui>
- Общие представления о здоровье - <http://www.grandars.ru/college/medicina/zdorove.html>
- Понятия здоровья и болезни - <http://www.grandars.ru/college/medicina/bioritmy-cheloveka.html>
- С. И. Кудинов, С. С. Кудинов ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОЯВЛЕНИЯ АДДИКЦИЙ ЛИЧНОСТИ - <https://cyberleninka.ru/article/n/psihofiziologicheskie-osnovy-proyavleniya-addiksiy-lichnosti>
- Становление и развитие представлений о здоровье на протяжении истории человечества - <http://www.dslib.net/psixo-fiziologia/psihofiziologicheskoe-zdorove-v-strukture-ierarhicheskoy-individualnosti.html#1207641>

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

Вид работ	Методические рекомендации
лекции	Рекомендовано прослушать лекцию. Самостоятельно проработать материалы, изложенные в лекции, используя основную и дополнительную литературу; ответить на контрольные вопросы по теме; составить словарь новых терминов. Прочитать параграф учебника, написать небольшой конспект по каждой лекции. Можно задать преподавателю дополнительные вопросы
лабораторные работы	При выполнении лабораторных работ студент должен ознакомиться с методическими указаниями по их выполнению, которые содержат учебные цели, перечень основных теоретических вопросов для изучения, перечень практических работ и методику их проведения, указания по оформлению полученных результатов, их обсуждению и выводам, задания для самоконтроля с эталонами ответов, перечень рекомендуемой литературы.
самостоятельная работа	Самостоятельная работа выполняется вне аудитории. Студент осваивает пройденный материал, готовится к устному опросу, создает презентации, пишет реферат; изучает ситуационные задачи, обсуждает их ход решения на практических занятиях, обосновывая свои рассуждения. Готовится к сдаче экзамена, причет конспекты по контрольным вопросам
презентация	В презентации, темы которой определены преподавателем, студент иллюстрирует слайдами, дает определения и понятия по исследуемому вопросу; историческую справку и современные достижения. Оценивается степень раскрытия темы, качество иллюстрации и изложения. Необходимо соблюдать дизайн оформления презентации, использовать стандартный шрифт, хорошо различаемый с расстояния

Вид работ	Методические рекомендации
научный доклад	Научный доклад представляет изложение конкретной темы, которая не обсуждается на лекции. Студент должен самостоятельно разработать проблему и доложить на семинарском занятии. Требуется обозначить основные термины и понятия исследуемой темы, кратко представить историю вопроса, обозначить перспективы развития.
отчет	В ходе выполнения практических работ студент ведет тетрадь, которую предъявляет для проверки преподавателю. В каждой практической работе студенты прописывают цель работы, задачи, полученные результаты исследования, выводы и интерпретация данных. Отвечают на вопросы преподавателя, как по теории, так и по полученным результатам
зачет	При подготовке к зачету необходимо опираться, прежде всего, на лекции, а также на источники, которые разбирались на занятиях в течение семестра. В каждом билете на зачете содержится 2 вопроса. Первый по теории - студент должен владеть соответствующими терминами, знать основы физиологические механизмы работы исследуемых систем. Второй вопрос - описать необходимые стандартные диагностические приемы.

### 10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Освоение дисциплины "Психофизиология здоровья человека" предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Операционная система Microsoft Windows Professional 7 Russian

Браузер Google Chrome

Adobe Reader XI

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "БиблиоРоссика", доступ к которой предоставлен обучающимся. В ЭБС "БиблиоРоссика" представлены коллекции актуальной научной и учебной литературы по гуманитарным наукам, включающие в себя публикации ведущих российских издательств гуманитарной литературы, издания на английском языке ведущих американских и европейских издательств, а также редкие и малотиражные издания российских региональных вузов. ЭБС "БиблиоРоссика" обеспечивает широкий законный доступ к необходимым для образовательного процесса изданиям с использованием инновационных технологий и соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, учебно-методические комплексы, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.

### 11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Освоение дисциплины "Психофизиология здоровья человека" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Специализированная лаборатория оснащена оборудованием, необходимым для проведения лабораторных работ, практических занятий и самостоятельной работы по отдельным дисциплинам, а также практик и научно-исследовательской работы обучающихся. Лаборатория рассчитана на одновременную работу обучающихся академической группы либо подгруппы. Занятия проводятся под руководством сотрудника университета, контролирующего выполнение видов учебной работы и соблюдение правил техники безопасности. Качественный и количественный состав оборудования и расходных материалов определяется спецификой образовательных программ.

## **12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:
- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;
- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 06.04.01 "Биология" и магистерской программе Физиология человека и животных .