

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт психологии и образования
Отделение педагогики



УТВЕРЖДАЮ

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

"__" _____ 20__ г.

Программа дисциплины

Психофизиология здоровья Б1.В.ДВ.01.02

Направление подготовки: 44.04.03 - Специальное (дефектологическое) образование

Профиль подготовки: Нейропсихологическое сопровождение в образовании

Квалификация выпускника: магистр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2019

Автор(ы): Зиятдинова Н.И.

Рецензент(ы): Ахметзянова А.И.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Зефилов Т. Л.

Протокол заседания кафедры No ____ от "____" _____ 20__ г.

Учебно-методическая комиссия Института психологии и образования (отделения педагогики):

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) профессор, д.н. (доцент) Зиятдинова Н.И. (кафедра охраны здоровья человека, Центр медицины и фармации), NIZiyatdinova@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
УК-2	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла
УК-4	Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия

Выпускник, освоивший дисциплину:

Должен знать:

- сущность психофизиологических процессов организма в аспекте поддержания здоровья представления о психофизиологических алгоритмах здоровья;
- физиологические особенности возникновения различных психофизиологических состояний;

Должен уметь:

- диагностировать различные психофизиологические состояния для сохранения здоровья;
- разработать рекомендации для поддержания здоровья.

Должен владеть:

- научно-обоснованными способами выявления в суждениях (в т. ч. критических) идей, принципов, моделей, ценностей.
- теоретическими знаниями по психофизиологии здоровья.
- навыками по организации профессиональной деятельности на основании полученных знаний.

Должен демонстрировать способность и готовность:

- к определению психофизиологических резервов здоровья человека
- разрабатывать индивидуальные психофизиологические алгоритмы здоровья
- дать рекомендации по сохранению здоровья в зависимости от психофизиологических состояний

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

Данная учебная дисциплина включена в раздел "Б1.В.ДВ.01.02 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 44.04.03 "Специальное (дефектологическое) образование (Нейропсихологическое сопровождение в образовании)" и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 1 курсе в 1 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 - 18 часа(ов), в том числе лекции - 4 часа(ов), практические занятия - 14 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 0 часа(ов).

Самостоятельная работа - 54 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 36 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: экзамен в 1 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. Предмет и структура психофизиологии здоровья. Место психофизиологии здоровья в системе научного знания. Общее представление о здоровье человека.	1	2	2	0	6
2.	Тема 2. Психофизиология здоровья: мозг, ресурсы и функциональные системы организма. Функциональные состояния.	1	2	2	0	8
3.	Тема 3. Роль индивидуально-типологических аспектов психических процессов в сохранении здоровья.	1	0	2	0	8
4.	Тема 4. Психофизиология эмоционально-потребностной сферы в контексте сохранения здоровья.	1	0	2	0	8
5.	Тема 5. Индивидуальные особенности психофизиологической адаптации организма к стрессу.	1	0	2	0	8
6.	Тема 6. Различные режимы в деятельности человека. Цикл сон/бодрствование.	1	0	2	0	8
7.	Тема 7. Психофизиология аддиктивного поведения. Методы коррекции.	1	0	2	0	8
	Итого		4	14	0	54

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Предмет и структура психофизиологии здоровья. Место психофизиологии здоровья в системе научного знания. Общее представление о здоровье человека.

Предмет, цель и задачи психофизиологии здоровья как науки. Взаимосвязь психо-физиологии с другими науками. Прикладное значение психофизиологии здоровья для профессиональной деятельности. Методы психофизиологии: объективные (физиологические и психометрические) и субъективные (самооценка). Общее представление о здоровье человека. История представлений о здоровье. Определение понятия "здоровье". Понятие болезни. Концепции здоровья. Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Классификация понятия здоровье: индивидуальное, групповое, общественное. Целостность здоровья как единство основных составляющих: физического, психического, духовного, социально-нравственного. Модели формирования здоровья человека

Тема 2. Психофизиология здоровья: мозг, ресурсы и функциональные системы организма. Функциональные состояния.

Психофизиологические функции отделов головного мозга (продолговатый мозг, варолиев мост, мозжечок, средний мозг, таламус, гипоталамус и большие полушария). Понятие о функциональных системах. Учение о функциональных системах П.К. Анохина и К.В. Судакова. Архитектоника поведенческого акта (по К. Анохину). Структура функциональной системы поведения (стадии). Функциональное состояние организма. Показатели функциональных состояний. Методы оценки. Регуляция функциональных состояний на уровне целого мозга.

Тема 3. Роль индивидуально-типологических аспектов психических процессов в сохранении здоровья.

Высшая нервная деятельность. Методики оценки индивидуальных типологических свойств, особенностей темперамента и поведения. Особенности применения данных методик. Внимание и его основные характеристики. Методы исследования внимания. Психофизиологическая характеристика памяти. Виды памяти. Методы исследования памяти. Психофизиология мыслительной деятельности и речевой функции. Взаимодействие первой и второй сигнальных систем. Мышление. Методы исследования мышления. Функциональная асимметрия мозга и особенности мыслительной деятельности. Вербальный и невербальный интеллект. Физиологические основы психических процессов и саморегуляция. Сознательно управляемая саморегуляция, как высшая форма саморегуляции регуляторных механизмов сознания на уровне психических процессов, психофизических состояний и действий: психическая саморегуляция, аутотренинг, гипноз.

Тема 4. Психофизиология эмоционально-потребностной сферы в контексте сохранения здоровья.

Физиологические механизмы эмоций человека. Эмоциональные состояния человека. Влияние эмоциональных состояний на вегетативную нервную систему, висцеральные функции. Психосоматические заболевания. Психофизиологическая диагностика и методы изучения эмоций человека. Мотивация как фактор организации поведения. Мотивация как фактор организации поведения. Определение и классификация потребностей человека. Психофизиологические механизмы возникновения потребностей человека.

Тема 5. Индивидуальные особенности психофизиологической адаптации организма к стрессу.

Адаптация и стресс. Резервы защитных свойств организма, позволяющие предупреждать заболевания. Адаптационный потенциал. Адаптационные возможности. Стадии физиологической адаптации. Признаки успешной и отрицательной адаптации. Определение адаптационного потенциала по показателям жизненно важных висцеральных систем.

Тема 6. Различные режимы в деятельности человека. Цикл сон/бодрствование.

Виды режимов в деятельности человека. Возрастные, мобилизующие, расслабляющие, психосоматические режимы. Физиологические механизмы бодрствования. Физиологические механизмы сна. Уровни активации и эффективность психических процессов в зависимости от циклов сна. Роль различных структур в формировании циклов сон и бодрствование.

Тема 7. Психофизиология аддиктивного поведения. Методы коррекции.

Психофизиологические механизмы различных видов зависимостей. Наркотическая зависимость. Алкогольная и табачная аддикции, компьютерные, игровые (включая и компьютерные игры), трудовые зависимости, экзотические пищевые, любовные и сексуальные и другие. Методы коррекции аддиктивного поведения человека и сохранение его 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 удаленного 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
Семестр 1			
	<i>Текущий контроль</i>		
1	Эссе	УК-2, УК-4	1. Предмет и структура психофизиологии здоровья. Место психофизиологии здоровья в системе научного знания. Общее представление о здоровье человека.
2	Устный опрос	УК-2, УК-4	2. Психофизиология здоровья: мозг, ресурсы и функциональные системы организма. Функциональные состояния. 7. Психофизиология аддиктивного поведения. Методы коррекции.
3	Презентация	УК-2, УК-4	3. Роль индивидуально-типологических аспектов психических процессов в сохранении здоровья. 4. Психофизиология эмоционально-потребностной сферы в контексте сохранения здоровья. 6. Различные режимы в деятельности человека. Цикл сон/бодрствование.
4	Контрольная работа	УК-4, УК-2	5. Индивидуальные особенности психофизиологической адаптации организма к стрессу.
	<i>Экзамен</i>	УК-2, УК-4	

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.	
Семестр 1					
Текущий контроль					
Эссе	Тема полностью раскрыта. Превосходное владение материалом. Высокий уровень самостоятельности, логичности, аргументированности. Превосходный стиль изложения.	Тема в основном раскрыта. Хорошее владение материалом. Средний уровень самостоятельности, логичности, аргументированности. Хороший стиль изложения.	Тема частично раскрыта. Удовлетворительное владение материалом. Низкий уровень самостоятельности, логичности, аргументированности. Удовлетворительный стиль изложения.	Тема не раскрыта. Неудовлетворительное владение материалом. Недостаточный уровень самостоятельности, логичности, аргументированности. Неудовлетворительный стиль изложения.	1
Устный опрос	В ответе качественно раскрыто содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.	Основные вопросы темы раскрыты. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала. Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.	Тема частично раскрыта. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.	Тема не раскрыта. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.	2

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. Используемые 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. Используемые 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. Используемые источники и методы не соответствуют поставленным задачам.	3
Контрольная работа	Правильно выполнены все задания. Продемонстрирован высокий уровень владения материалом. Проявлены превосходные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.	Правильно выполнена большая часть заданий. Присутствуют незначительные ошибки. Продемонстрирован хороший уровень владения материалом. Проявлены средние способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.	Задания выполнены более чем наполовину. Присутствуют серьезные ошибки. Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены низкие способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.	Задания выполнены менее чем наполовину. Продемонстрирован неудовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены недостаточные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.	4
Экзамен	Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.	Обучающийся обнаружил полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.	Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.	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 1

Текущий контроль

1. Эссе

Тема 1

1. Образ жизни ? главный фактор здоровья.
2. Взаимосвязь психофизиологии с другими науками.
3. Физиологические методы в психофизиологии.
4. Психометрические методы в психофизиологии.
5. Субъективные методы в психофизиологии.
6. Методы оценки здоровья человека.
7. Определения физической активности.
8. Оценка физического развития.
9. Оценка рациональности питания.
10. Оценка состояния здоровья.

2. Устный опрос

Темы 2, 7

1. Принципы организации поведенческих реакций.
2. Понятие о функциональных системах П.К. Анохина и К.В. Судакова.
3. Архитектоника поведенческого акта (по К. Анохину).
4. Стадии поведения.
5. Подходы к определению функциональных состояний.
6. Методы изучения функциональной организации мозга.
7. Функциональные нарушения высшей нервной деятельности детей и подростков.
8. Классификации функциональных состояний.
9. Методы диагностики функциональных состояний.
10. Поведение А-типа и соматические заболевания.

Тема 7

1. Аддиктивное поведение и здоровье.
2. Классификация зависимостей.
3. Психофизиологические механизмы аддиктивного поведения.
4. Механизмы формирования наркотической зависимости.
5. Механизмы формирования алкогольной зависимости.
6. Зависимость от работы.
7. Аддикции нового поколения: игровая, гаджет-зависимость.
8. Нарушение пищевого поведения.
9. Цикличность зависимого поведения.
10. Зависимое поведение и социальная дезадаптация.

3. Презентация

Темы 3, 4, 6

Тема 3

1. Проблема внимания в психофизиологии.
2. Психофизиологический подход к определению сознания.
3. Внимание и функциональное состояние мозга.
4. Методы изучения и диагностики внимания.
5. Нейрофизиологические механизмы внимания.
6. Роль левого и правого полушарий мозга в процессе внимания.
7. Вторая сигнальная система по И.П.Павлову.
8. Мыслительная операция как один из способов мыслительной деятельности.
9. Оценка индивидуальных типологических свойств нервной системы.
10. Психические процессы и саморегуляция здоровья.

Тема 4.

1. Особенности эмоционального стресса в современном обществе.
2. Происхождение эмоций ? от животного к человеку.
3. Функции эмоций в адаптационных процессах.
4. Эмоции и тело человека.
5. Эмоции. Механизм образования.

6. Психосоматические заболевания и эмоции.
7. Мотивация как фактор организации поведения.
8. Определение и классификация потребностей.
9. Психофизиологические механизмы возникновения потребностей.
10. Психофизиологическая диагностика и методы изучения эмоций.
11. Самооценка психических состояний и стрессоустойчивости.

Тема 6

1. Определение хронотипа и работоспособности.
2. Роль ретикулярной формации в формировании состояния бодрствования.
3. Внутренние резервы и психофизиологическое программирование состояний человека.
4. Психосоматические, патологические, биокритические режимы
5. Биоритмы мозга и здоровье.
6. Медитативные состояния мозга и здоровье.
7. Нарушения сна и здоровье.
8. Сон и сновидения.
9. Влияние снотворных препаратов на здоровье.
10. Дневной сон.

4. Контрольная работа

Тема 5

1. Процесс приспособления к окружающей среде.
2. Изучение генотипической и фенотипической адаптаций.
3. Механизм действия адаптивных возможностей организма.
4. Срыв адаптации (полом адаптационного механизма).
5. Исследование адаптационного потенциала.
6. ?Стресс? как неспецифические психофизиологические проявления адаптационной активности организма.
7. Симпатоадреналовая система.
8. Гормоны стресса.
9. Хронический стресс.
10. Антистрессовые механизмы.

Экзамен

Вопросы к экзамену:

1. Предмет и структура психофизиологии здоровья.
2. Значение психофизиологии здоровья для профессиональной деятельности.
3. Методы психофизиологии.
4. История представлений о здоровье.
5. Концепции здоровья.
6. Факторы, определяющие здоровье и болезнь.
7. Психофизиологические функции отделов головного мозга
8. Методики оценки индивидуальных типологических свойств, особенностей темперамента и поведения.
9. Внимание и его основные характеристики. Методы исследования внимания.
10. Понятие о функциональных системах.
11. Структура функциональной системы поведения.
12. Функциональное состояние организма.
13. Методы оценки и регуляция функциональных состояний.
14. Психическая саморегуляция, аутотренинг, гипноз.
15. Физиологические основы психических процессов и саморегуляция.
16. Психофизиологическая характеристика памяти.
17. Психофизиология мыслительной деятельности и речевой функции.
18. Психофизиологические механизмы возникновения потребностей человека.
19. Психосоматические заболевания.
20. Физиологические механизмы эмоций человека.
21. Влияние эмоциональных состояний на вегетативную нервную систему, висцеральные функции.
22. Влияние эмоциональных состояний на висцеральные системы.
23. Адаптация и стресс.
24. Адаптационный потенциал. Адаптационные возможности.
25. Признаки успешной и отрицательной адаптации.
26. Режим в деятельности человека.
27. Влияние снотворных препаратов на здоровье.
28. Нарушения сна и здоровье.

29. Психофизиологические механизмы различных видов зависимостей.
30. Методы коррекции аддиктивного поведения человека и сохранение его здоровья.

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
Семестр 1			
Текущий контроль			
Эссе	Обучающиеся пишут на заданную тему сочинение, выражающее размышления и индивидуальную позицию автора по определённому вопросу, допускающему неоднозначное толкование. Оцениваются эрудиция автора по теме работы, логичность, обоснованность, оригинальность выводов.	1	5
Устный опрос	Устный опрос проводится на практических занятиях. Обучающиеся выступают с докладами, сообщениями, дополнениями, участвуют в дискуссии, отвечают на вопросы преподавателя. Оценивается уровень домашней подготовки по теме, способность системно и логично излагать материал, анализировать, формулировать собственную позицию, отвечать на дополнительные вопросы.	2	15
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.	3	10
Контрольная работа	Контрольная работа проводится в часы аудиторной работы. Обучающиеся получают задания для проверки усвоения пройденного материала. Работа выполняется в письменном виде и сдаётся преподавателю. Оцениваются владение материалом по теме работы, аналитические способности, владение методами, умения и навыки, необходимые для выполнения заданий.	4	20
Экзамен	Экзамен нацелен на комплексную проверку освоения дисциплины. Экзамен проводится в устной или письменной форме по билетам, в которых содержатся вопросы (задания) по всем темам курса. Обучающемуся даётся время на подготовку. 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:

Самко, Ю. Н. Психофизиология: Уч.пос. / Ю.Н. Самко. - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 154 с. (Высшее образование) ISBN 978-5-16-011402-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=133824> (дата обращения: 20.08.2019)

Кривошеков, С. Г. Психофизиология: Учебное пособие/С.Г.Кривошеков, Р.И.Айзман - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 249 с. (Высшее образование) ISBN 978-5-16-009649-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=159479> (дата обращения: 20.08.2019)

7.2. Дополнительная литература:

Айзман, Р. И. Возрастная физиология и психофизиология: Учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф.Лысова; Новосибирский Государственный Педагогический Университет. - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 352 с. (Высшее образование). ISBN 978-5-16-006423-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=296736> (дата обращения: 20.08.2019)

Айзман, Р. И. Физиологические основы психической деятельности: Учебное пособие / Р.И. Айзман, С.Г. Кривошеков. - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 192 с.: ил.; . - (Высшее образование: Бакалавриат). ISBN 978-5-16-006165-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=154293> (дата обращения: 20.08.2019)

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

учебник по курсу - <http://www.grandars.ru/college/medicina/zdorove.html>

учебник по курсу - <http://zodorov.ru/uchebnoe-posobie-dlya-studentov-visshih-uchebnih-zavedenij.html?page=22>

учебник по курсу - <https://cyberleninka.ru/article/n/psihofiziologicheskie-osnovy-proyavleniya-addiktsiy-lichnosti>

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

Вид работ	Методические рекомендации
лекции	<p>Студент должен бегло просмотреть учебно-методический комплекс по предстоящей лекции. В подготовительной работе к лекции формирование субъективного настроения на характер информации, которую он получит в лекции по соответствующей теме. Учебная лекция раскрывает пункты, проблемы, темы, которые находятся в программе. Она обладает большой информационной емкостью, и за короткое время преподаватель успевает изложить большое количество проблем. Студент должен помнить что учебник, монография или статья не могут заменить учебную лекцию. В свою очередь, работа студента на лекции это сложный вид познавательной, интеллектуальной работы, требующей напряжения, внимания, воли, затрат нервной и физической энергии. Весь учебный материал, сообщаемый преподавателем, должен не просто прослушиваться. Он должен быть активно воспринят, т.е. услышан, осмыслен, понят, зафиксирован на бумаге и закреплен в памяти. Приступая к слушанию нового учебного материала, полезно мысленно установить его связь с ранее изученным, уяснить, на что опирается изложенная тема. Студент должен вслед за преподавателем уметь выделять основные категории, законы и их содержание, проблемы, их возможные решения, доказательства и выводы. Осуществляя такую работу, студент значительно облегчит себе понимание учебного материала, его конспектирование и дальнейшее изучение. Запись лекции является важнейшим элементом работы студента на лекции. Конспект лекции позволяет ему обработать, систематизировать и лучше сохранить полученную информацию с тем, чтобы в будущем он смог восстановить в памяти основные, содержательные моменты лекции. Типичная ошибка студентов дословное конспектирование. Как правило, при записи слово в слово не остается времени на обдумывание, анализ и синтез криминально-культурологической информации. Отбирая нужную информацию, главные мысли, проблемы, решения и выводы, студент сокращает текст, строит свой текст, в котором он сможет разобраться. При ведении конспекта лекций есть материал, который записывается дословно, как, например, формулировки нормативных актов, в том числе ведомственных, определения основных категорий и законов теории криминальной субкультуры. При этом студент должен для себя в конспекте выделить главную мысль, идею в определении того или иного понятия, его сущность, не стараясь сразу понять его в деталях. В конспекте лекции обязательно записываются название темы лекции, основные вопросы плана, рекомендованная литература. Текст лекции должен быть разделен в соответствии с планом. С окончанием лекции работа над конспектом не может считаться завершённой. Нужно еще восстановить отдельные места, проверить, все ли понятно, уточнить что-то на консультации и т.п., с тем, чтобы конспект мог быть использован в процессе подготовки к семинарам, практическим занятиям, зачету для дальнейшего изучения тем, на практике.</p>

Вид работ	Методические рекомендации
практические занятия	<p>Для подготовке к практическим занятиям рекомендуется ознакомиться с тематикой в соответствии с утвержденной программой. Подготовиться к практической работе по заявленной тематике из литературе представленной в программе. При изучении рекомендованной литературы следует делать конспект.</p> <p>Правила конспектирования:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Записать название конспектируемого произведения (или его части) и выходные данные.2. Прочитать текст и осмыслить основное его содержание.3. Составить план - основу конспекта.4. Конспектируя, оставить место (широкие поля) для дополнений, заметок, записи незнакомых терминов, требующих разъяснений.5. Запись вести своими словами, это способствует лучшему осмыслению текста.6. Применять определенную систему подчеркивания, сокращений, условных обозначений.7. Можно пользоваться цветом для выделения тех или иных информативных узлов в тексте. У каждого цвета должно быть строго однозначное, заранее предусмотренное назначение.
самостоятельная работа	<p>При изучении рекомендованной литературы следует делать конспект. Правила конспектирования: 1. Записать название конспектируемого произведения (или его части) и выходные данные. 2. Прочитать текст и осмыслить основное его содержание. 3. Составить план - основу конспекта. 4. Конспектируя, оставить место (широкие поля) для дополнений, заметок, записи незнакомых терминов, требующих разъяснений. 5. Запись вести своими словами, это способствует лучшему осмыслению текста. 6. Применять определенную систему подчеркивания, сокращений, условных обозначений. 7. Можно пользоваться цветом для выделения тех или иных информативных узлов в тексте. У каждого цвета должно быть строго однозначное, заранее предусмотренное назначение.</p>
презентация	<p>Для подготовки презентации рекомендуется использовать: PowerPoint, MS Word, Acrobat Reader, LaTeX-овский пакет beamer. Самая простая программа для создания презентаций - Microsoft PowerPoint.</p> <p>Для подготовки презентации необходимо собрать и обработать начальную информацию.</p> <p>Последовательность подготовки презентации:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Четко сформулировать цель презентации: вы хотите свою аудиторию мотивировать, убедить, заразить какой-то идеей или просто формально отчитаться.2. Определить каков будет формат презентации: живое выступление (тогда, сколько будет его продолжительность) или электронная рассылка (каков будет контекст презентации).3. Отобрать всю содержательную часть для презентации и выстроить логическую цепочку представления.4. Определить ключевые моменты в содержании текста и выделить их.5. Определить виды визуализации (картинки) для отображения их на слайдах в соответствии с логикой, целью и спецификой материала.6. Подобрать дизайн и форматировать слайды (количество картинок и текста, их расположение, цвет и размер).7. Проверить визуальное восприятие презентации. <p>К видам визуализации относятся иллюстрации, образы, диаграммы, таблицы.</p>

Вид работ	Методические рекомендации
эссе	<p>Эссе - это самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем (тема может быть предложена и обучающимся, но обязательно должна быть согласована с преподавателем). Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. Писать эссе чрезвычайно полезно, поскольку это позволяет автору научиться четко и грамотно формулировать мысли, структурировать информацию, использовать основные категории анализа, выделять причинно-следственные связи, иллюстрировать понятия соответствующими примерами, аргументировать свои выводы; овладеть научным стилем речи.</p> <p>Эссе должно содержать: четкое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме. В зависимости от специфики дисциплины формы эссе могут значительно дифференцироваться. В некоторых случаях это может быть анализ имеющихся статистических данных по изучаемой проблеме, анализ материалов из средств массовой информации и использованием изучаемых моделей, подробный разбор предложенной задачи с развернутыми мнениями, подбор и детальный анализ примеров, иллюстрирующих проблему и т.д.</p> <p>Тема эссе не должна инициировать лишь определений понятий, её цель побуждать к размышлению.</p> <p>Построение эссе</p> <p>Построение эссе - это ответ на вопрос или раскрытие темы, которое основано на классической системе доказательств.</p> <p>Структура эссе:</p> <ol style="list-style-type: none">1.Титульный лист;2.Введение - суть и обоснование выбора данной темы, состоит из ряда компонентов, связанных логически.3.Основная часть - теоретические основы выбранной проблемы и изложение основного вопроса.4.Данная часть предполагает развитие аргументации и анализа, а также обоснование их, исходя из имеющихся данных, других аргументов и позиций по этому вопросу.5.Заключение - обобщения и аргументированные выводы по теме с указанием области ее применения и т.д. Подытоживает эссе или еще раз вносит пояснения, подкрепляет смысл и значение изложенного в основной части.
устный опрос	<p>При подготовке к устному опросу изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях. Дорабатывать свои конспекты, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.</p>

Вид работ	Методические рекомендации
контрольная работа	<p>Цель контрольной работы заключается в текущем контроле качества усвоения обучающимися отдельных, как правило, наиболее важных разделов, тем и вопросов изучаемой дисциплины, а также умения решать конкретные практические и теоретические задачи. В контрольной работе должны быть даны обстоятельные ответы на теоретические вопросы, правильно решена практическая или расчетная задача. Готовясь к контрольной работе, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания по разделу дисциплины, выносимому на контрольную работу. При выполнении контрольной работы студент демонстрирует знания, умения, навыки, приобретенные в процессе освоения темы данной учебной дисциплины. При подготовке к контрольной работе необходимо: - опираться на материал учебников, из списка основной и дополнительной литературы по данной теме; - использовать материал собственных конспектов литературы и подготовленных в семестре творческих заданий, отчетов по творческим заданиям, научным докладам по данной теме; - использовать материал интернет - источников по данной учебной дисциплине - ориентироваться на вопросы для подготовки к контрольной работе, которые студент получил от преподавателя. Тематика контрольных работ разрабатывается преподавателем, читающим данную дисциплину. Вопросы для подготовки к контрольной работе раздаются за неделю до проведения контрольной работы. Форма (письменный ответ на вопросы, задачи, тестовая форма контроля) и вариант контрольной работы определяется в порядке, установленном преподавателем. Время выполнения контрольной работы зависит от количества включенных в нее вопросов, тестовых заданий, практических и расчетных задач. Результаты проверки контрольной работы объявляются преподавателем.</p>
экзамен	<p>Экзамен - форма итогового контроля знаний студентов по учебной дисциплине. Цель экзамена: оценить знания, умения, навыки студента по данной учебной дисциплине. -Подготовка студента к экзамену способствует закреплению, углублению, систематизации и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению этих знаний к решению практических задач по данной учебной дисциплине. -Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. -При сдаче экзамена студент демонстрирует знания, умения, навыки, приобретенные в процессе освоения данной учебной дисциплины. Для успешной подготовки к экзамену необходимо: -опираться на материал учебников, из списка основной и дополнительной литературы; -использовать материал собственных конспектов литературы; -использовать интернет - источники по данной учебной дисциплине; -ориентироваться на вопросы к экзамену, которые он получил от преподавателя. При подготовке к экзамену необходимо систематизировать материал и расположить его согласно вопросам. Вначале следует просмотреть весь материал по сдаваемой дисциплине, отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время сессии для систематизации и закрепления знаний. При сдаче экзамену студенту предоставляется 20 минут для ответа на поставленные вопросы. Студент должен продемонстрировать, что он 'усвоил' по данной учебной дисциплине в соответствии с программой обучения. При этом студент может использовать 'лист устного ответа', на котором во время, отведенное для подготовки к ответу, он может записать план, тезисы, схему ответа, отдельные формулировки, термины, формулы и т.п.</p>

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" предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Операционная система Microsoft Windows Professional 7 Russian

Браузер Google Chrome

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.

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

Освоение дисциплины "Психофизиология здоровья" 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.

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 44.04.03 "Специальное (дефектологическое) образование" и магистерской программе "Нейропсихологическое сопровождение в образовании".