

ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
БРЯНСКИЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ И БИЗНЕСА

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по учебной работе
и региональному развитию
_____ В.И. Рулинский
« _____ » _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ В ПРОЦЕССЕ
ВЫПОЛНЕНИЯ ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**по дополнительной общеобразовательной программе
Практическая психология с элементами психокоррекции**

Брянск 20__

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Функциональные состояния и работоспособность в процессе выполнения общепрофессиональной деятельности» включает 25 тем. Темы объединены в пять дидактических единиц: «Функциональное состояние. Виды функционального состояния», «Факторы функционального состояния. Статистические показатели функционального состояния», «Диагностика функциональных состояний», «Психофизиологический отбор, психофизиологическая подготовка, психофизиологическая реабилитация», «Экстремальные состояния и стресс».

Цель изучения дисциплины: сформировать у слушателей знания о структуре функционального состояния, его видах, методах диагностики и значении для общепрофессиональной деятельности.

Основными задачами изучения дисциплины являются:

- изучить психологические и физиологические факторы, определяющие функциональное состояние;
- изучить пределы нормы оптимальных функциональных показателей;
- научить слушателей проводить диагностику функционального состояния с помощью аппаратно-программного средства;
- сформировать у слушателей представления о методах психофизиологического отбора, реабилитации, постоянного самоконтроля и саморегуляции функционального состояния.

2. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

По итогам освоения дисциплины «Функциональные состояния и работоспособность в процессе выполнения общепрофессиональной деятельности» слушатель должен обладать следующим навыками:

ОК-7 - способностью к самоорганизации и самообразованию.

ОПК-1 - способностью решать стандартные задачи общепрофессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.

В результате освоения дисциплины слушатель должен:

ОК-7 - способностью к самоорганизации и самообразованию.

Иметь представление:

- о целях и научно обоснованных средствах практической работы в области социально-психологического консультирования, диагностики и социально-психологического тренинга;
- о профессиональной позиции психолога-консультанта;
- о содержании и технологиях ведения социально-психологического тренинга;

Знать:

- основы проведения социально-психологической диагностики;
- основы проведения социально-психологического мониторинга;
- основы комплексной диагностики особенностей профессиональной ориентированности учащихся;
- основы социально-психологического консультирования;
- сущность социально-психологического тренинга;
- особенности групповой динамики в группах разного типа;

Уметь:

- планировать, организовывать и проводить социально-психологическую диагностику;

- осуществлять мониторинг развития учащихся в процессе образования;
- осуществлять диагностический анализ профориентированности учащихся;
- применять базовые приемы социально-психологического консультирования;
- устанавливать контакт с клиентом в ситуации консультирования;
- выбирать, модифицировать и адекватно использовать в общепрофессиональной деятельности тренинговые упражнения.

Владеть:

- технологиями социально-психологической диагностики и мониторинга;
- основными средствами психологического консультирования;
- навыками разработки и проведения тренинговых упражнений;

Приобрести опыт деятельности:

- применения основных методов объективной диагностики социально-психологических особенностей личности и группы;
- обработки данных и интерпретации результатов социально-психологической диагностики личности и группы;
- использования в своей общепрофессиональной деятельности основных технологий консультирования и тренинговой работы.

ОПК-1 - способностью решать стандартные задачи общепрофессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.

Иметь представление:

- о целях и научно обоснованных средствах практической работы в области социально-психологического консультирования, диагностики и социально-психологического тренинга;
- о содержании и технологиях ведения социально-психологического тренинга;

Знать:

- основы проведения социально-психологической диагностики;
- основы проведения социально-психологического мониторинга;
- особенности групповой динамики в группах разного типа;

Уметь:

- планировать, организовывать и проводить социально-психологическую диагностику;
- осуществлять мониторинг развития учащихся в процессе образования;
- осуществлять диагностический анализ профориентированности учащихся;
- применять базовые приемы социально-психологического консультирования;
- устанавливать контакт с клиентом в ситуации консультирования;
- выбирать, модифицировать и адекватно использовать в общепрофессиональной деятельности тренинговые упражнения.

Владеть:

- технологиями социально-психологической диагностики и мониторинга;
- основными средствами психологического консультирования;
- навыками разработки и проведения тренинговых упражнений;

Приобрести опыт деятельности:

- применения основных методов объективной диагностики социально-психологических особенностей личности и группы;
- обработки данных и интерпретации результатов социально-психологической диагностики личности и группы;
- использования в своей общепрофессиональной деятельности основных технологий консультирования и тренинговой работы.

3. ТЕМАТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

№	Наименование раздела	№ п.п.	Тема	Перечень планируемых результатов обучения (ПРО)
1	Функциональное состояние. Виды функционального состояния	1	Функциональное состояние, его роль в общепрофессиональной деятельности. Функциональное состояние и здоровье	ОК-7 ОПК-1
		2	Виды функционального состояния. Состояние спокойного и активного бодрствования. Состояние сенситизации	
		3	Стресс. Функциональные и регуляторные возможности человека в условиях стресса	
		4	Монотония. Сон	
		5	Гипнотическое состояние	
2	Факторы функционального состояния. Статистические показатели функционального состояния	6	Системные механизмы функционального состояния	ОК-7 ОПК-1
		7	Вегетативная регуляция автоматических жизнеобеспечивающих процессов как фактор функционального состояния	
		8	Общая активность и эмоциональность как факторы функционального состояния	
		9	Система эндогенного поощрения как фактор функционального состояния	
		10	Уровень активации ЦНС	
3	Диагностика функциональных состояний	11	Аппаратно-программные средства и условия для проведения диагностики функционального состояния	ОК-7 ОПК-1
		12	Диагностика функционального состояния по скорости простой и сложной зрительно-моторной реакции	
		13	Диагностика функционального состояния по параметрам электроэнцефалограммы	
		14	Диагностика функционального состояния по вызванным потенциалам мозга и другим показателям	
		15	Диагностика функциональных состояний по параметрам сердечного	

			ритма	
4	Психофизиологический отбор, психофизиологическая подготовка, психофизиологическая реабилитация	16	Психофизиологический отбор	ОК-7 ОПК-1
		17	Психофизиологическая подготовка	
		18	Психофизиологическая реабилитация	
		19	Самоконтроль функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора	
		20	Саморегуляция функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора	
5	Экстремальные состояния и стресс	21	Понятие экстремальности и экстремальных условий деятельности	ОК-7 ОПК-1
		22	Абсолютная и относительная экстремальность	
		23	Адекватные и неадекватные формы ответа на экстремальную ситуацию	
		24	Соотнесение понятий экстремального состояния, психической напряженности и стресса	
		25	Классическая теория Г.Селье и ее развитие в психологии. Когнитивная модель стресса Р.Лазаруса	

4. ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ И ИХ ТРУДОЕМКОСТЬ

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего академических часов
Общая трудоемкость дисциплины	144
Аудиторные занятия (контактная работа обучающихся с преподавателем), из них:	16
- лекции (Л)	6
- семинарские занятия (СЗ)	
- практические занятия (ПЗ)	10
- лабораторные занятия (ЛЗ)	
Самостоятельная работа слушателя (СРС), в том числе:	128
- курсовая работа (проект)	
- контрольная работа	
- доклад (реферат)	
- расчетно-графическая работа	
Вид промежуточной аттестации	экзамен

5. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Функциональное состояние. Виды функционального состояния
 Функциональное состояние, его роль в общепрофессиональной деятельности. Функциональное состояние и здоровье. Виды функционального состояния. Состояние спокойного и активного бодрствования. Состояние сенситизации. Стресс. Функциональные и регуляторные возможности человека в условиях стресса. Монотония. Сон. Гипнотическое состояние

Раздел 2. Факторы функционального состояния. Статистические показатели функционального состояния

Системные механизмы функционального состояния. Вегетативная регуляция автоматических жизнеобеспечивающих процессов как фактор функционального состояния. Общая активность и эмоциональность как факторы функционального состояния. Система эндогенногоощерения как фактор функционального состояния. Уровень активации ЦНС

Раздел 3. Диагностика функциональных состояний

Аппаратно-программные средства и условия для проведения диагностики функционального состояния. Диагностика функционального состояния по скорости простой и сложной зрительно-моторной реакции. Диагностика функционального состояния по параметрам электроэнцефалограммы. Диагностика функционального состояния по вызванным потенциалам мозга и другим показателям. Диагностика функциональных состояний по параметрам сердечного ритма

Раздел 4. Психофизиологический отбор, психофизиологическая подготовка, психофизиологическая реабилитация

Психофизиологический отбор. Психофизиологическая подготовка. Психофизиологическая реабилитация. Самоконтроль функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора. Саморегуляция функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора

Раздел 5. Экстремальные состояния и стресс

Понятие экстремальности и экстремальных условий деятельности. Абсолютная и относительная экстремальность. Адекватные и неадекватные формы ответа на экстремальную ситуацию. Соотнесение понятий экстремального состояния, психической напряженности и стресса. Классическая теория Г.Селье и ее развитие в психологии. Когнитивная модель стресса Р.Лазаруса

**5.2. Распределение разделов дисциплины по видам занятий
заочная форма обучения**

№ п.п .	Темы дисциплины	Трудоемкост ь	Лекци и	ЛР	СЗ	ПЗ	СРС
1	Функциональное состояние, его роль в общепрофессиональной деятельности. Функциональное состояние и здоровье	5,5	0,5				5
2	Виды функционального состояния. Состояние спокойного и активного	5,5	0,5				5

	бодрствования. Состояние сенситизации						
3	Стресс. Функциональные и регуляторные возможности человека в условиях стресса	5,5	0,5				5
4	Монотония. Сон	5,5	0,5				5
5	Гипнотическое состояние	5,5	0,5				5
6	Системные механизмы функционального состояния	5,5	0,5				5
7	Вегетативная регуляция автоматических жизнеобеспечивающих процессов как фактор функционального состояния	5,5	0,5				5
8	Общая активность и эмоциональность как факторы функционального состояния	5,5	0,5				5
9	Система эндогенного поощрения как фактор функционального состояния	5,5	0,5				5
10	Уровень активации ЦНС	5,5	0,5				5
11	Аппаратно- программные средства и условия для проведения диагностики функционального состояния	5,5	0,5				5
12	Диагностика функционального состояния по скорости простой и сложной зрительно-моторной реакции	5,5	0,5				5
13	Диагностика функционального состояния по параметрам электроэнцефалограмм ы	5					5
14	Диагностика функционального	5					5

	состояния по вызванным потенциалам мозга и другим показателям						
15	Диагностика функциональных состояний по параметрам сердечного ритма	5					5
16	Психофизиологический отбор	6				1	5
17	Психофизиологическая подготовка	6				1	5
18	Психофизиологическая реабилитация	6				1	5
19	Самоконтроль функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора	6				1	5
20	Саморегуляция функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора	6				1	5
21	Понятие экстремальности и экстремальных условий деятельности	6				1	5
22	Абсолютная и относительная экстремальность	6				1	5
23	Адекватные и неадекватные формы ответа на экстремальную ситуацию	7				1	6
24	Соотнесение понятий экстремального состояния, психической напряженности и стресса	7				1	6
25	Классическая теория Г.Селье и ее развитие в психологии. Когнитивная модель стресса Р.Лазаруса	7				1	6
Итого:		144	6			10	128

6. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Учебным планом предусмотрено проведение практических занятий по дисциплине.

Рекомендуемые темы для проведения практических занятий:

- 1 Функциональное состояние, его роль в общепрофессиональной деятельности. Функциональное состояние и здоровье
- 2 Виды функционального состояния. Состояние спокойного и активного бодрствования. Состояние сенситизации
- 3 Стресс. Функциональные и регуляторные возможности человека в условиях стресса
- 4 Монотония. Сон
- 5 Гипнотическое состояние
- 6 Системные механизмы функционального состояния
- 7 Вегетативная регуляция автоматических жизнеобеспечивающих процессов как фактор функционального состояния
- 8 Общая активность и эмоциональность как факторы функционального состояния
- 9 Система эндогенного поощрения как фактор функционального состояния
- 10 Уровень активации ЦНС
- 11 Аппаратно-программные средства и условия для проведения диагностики функционального состояния
- 12 Диагностика функционального состояния по скорости простой и сложной зрительно-моторной реакции
- 13 Диагностика функционального состояния по параметрам электроэнцефалограммы
- 14 Диагностика функционального состояния по вызванным потенциалам мозга и другим показателям
- 15 Диагностика функциональных состояний по параметрам сердечного ритма
- 16 Психофизиологический отбор
- 17 Психофизиологическая подготовка
- 18 Психофизиологическая реабилитация
- 19 Самоконтроль функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора
- 20 Саморегуляция функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора
- 21 Понятие экстремальности и экстремальных условий деятельности
- 22 Абсолютная и относительная экстремальность
- 23 Адекватные и неадекватные формы ответа на экстремальную ситуацию
- 24 Соотнесение понятий экстремального состояния, психической напряженности и стресса
- 25 Классическая теория Г.Селье и ее развитие в психологии. Когнитивная модель стресса Р.Лазаруса

7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП (дисциплины)

Тематическая структура дисциплины

№	Наименование раздела	№ п.п.	Тема	Перечень планируемых результатов обучения (ПРО)
---	----------------------	--------	------	---

1	Функциональное состояние. Виды функционального состояния	1	Функциональное состояние, его роль в общепрофессиональной деятельности. Функциональное состояние и здоровье	ОК-7 ОПК-1
		2	Виды функционального состояния. Состояние спокойного и активного бодрствования. Состояние сенситизации	
		3	Стресс. Функциональные и регуляторные возможности человека в условиях стресса	
		4	Монотония. Сон	
		5	Гипнотическое состояние	
2	Факторы функционального состояния. Статистические показатели функционального состояния	6	Системные механизмы функционального состояния	ОК-7 ОПК-1
		7	Вегетативная регуляция автоматических жизнеобеспечивающих процессов как фактор функционального состояния	
		8	Общая активность и эмоциональность как факторы функционального состояния	
		9	Система эндогенного поощрения как фактор функционального состояния	
		10	Уровень активации ЦНС	
3	Диагностика функциональных состояний	11	Аппаратно-программные средства и условия для проведения диагностики функционального состояния	ОК-7 ОПК-1
		12	Диагностика функционального состояния по скорости простой и сложной зрительно-моторной реакции	
		13	Диагностика функционального состояния по параметрам электроэнцефалограммы	
		14	Диагностика функционального состояния по вызванным потенциалам мозга и другим показателям	
		15	Диагностика функциональных состояний по параметрам сердечного ритма	
4	Психофизиологический отбор, психофизиологическая подготовка, психофизиологическая реабилитация	16	Психофизиологический отбор	ОК-7 ОПК-1
		17	Психофизиологическая подготовка	
		18	Психофизиологическая реабилитация	
		19	Самоконтроль функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора	
		20	Саморегуляция функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора	

5	Экстремальны е состояния и стресс	21	Понятие экстремальности и экстремальных условий деятельности	ОК-7 ОПК-1
		22	Абсолютная и относительная экстремальность	
		23	Адекватные и неадекватные формы ответа на экстремальную ситуацию	
		24	Соотнесение понятий экстремального состояния, психической напряженности и стресса	
		25	Классическая теория Г.Селье и ее развитие в психологии. Когнитивная модель стресса Р.Лазаруса	

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

№ пп	Компетенция	Виды оценочных средств используемых для оценки компетенций по дисциплине	
		Вопросы для экзамена	Тестирование
1	ОК-7	+ (1-50 вопросы)	+
2	ОПК-1	+ (1-50 вопросы)	+

7.3. Описание критериев и показателей оценивания компетенций и описание шкал оценивания при использовании различных видов оценочных средств

7.3.1. Вопросы и задания для экзамена

При оценке знаний на экзамене учитывается:

1. Уровень сформированности компетенций.
2. Уровень усвоения теоретических положений дисциплины, правильность формулировки основных понятий и закономерностей.
3. Уровень знания фактического материала в объеме программы.
4. Логика, структура и грамотность изложения вопроса.
5. Умение связать теорию с практикой.
6. Умение делать обобщения, выводы.

№ пп	Оценка	Шкала
1	Отлично	Слушатель должен: - продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний программного материала; - исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; - правильно формулировать определения; - продемонстрировать умения самостоятельной работы с литературой; - уметь сделать выводы по излагаемому материалу.
2	Хорошо	Слушатель должен: - продемонстрировать достаточно полное знание программного материала; - продемонстрировать знание основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически

		стройно излагать материал; - продемонстрировать умение ориентироваться в литературе; - уметь сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу.
3	Удовлетворительно	Слушатель должен: - продемонстрировать общее знание изучаемого материала; - показать общее владение понятийным аппаратом дисциплины; - уметь строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - знать основную рекомендуемую программой учебную литературу.
4	Неудовлетворительно	Слушатель демонстрирует: - незнание значительной части программного материала; - не владение понятийным аппаратом дисциплины; - существенные ошибки при изложении учебного материала; - неумение строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - неумение делать выводы по излагаемому материалу.
5	Зачтено	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровнях «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».
6	Не зачтено	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровне «неудовлетворительно».

7.3.2. Тестирование

№ пп	Оценка	Шкала
1	Отлично	Количество верных ответов в интервале: 71-100%
2	Хорошо	Количество верных ответов в интервале: 56-70%
3	Удовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 41-55%
4	Неудовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 0-40%
5	Зачтено	Количество верных ответов в интервале: 41-100%
6	Не зачтено	Количество верных ответов в интервале: 0-40%

7.4. Типовые контрольные задания необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

7.4.1. Вопросы для экзамена

1. Дайте определение понятию «функциональное состояние». Покажите психофизиологическую природу функционального состояния.

2. Какое значение имеет функциональное состояние для общепрофессиональной деятельности (в учебной, операторской деятельности, хирургии и спорте высоких достижений)?

3. Покажите связь функционального состояния с физическим, психическим и психологическим здоровьем.

4. Покажите объективные характеристики состояний спокойного и активного бодрствования.
5. Дайте определение понятию «сенситизация». Покажите психофизиологическую основу состояния сенситизации.
6. Характерные поведенческие признаки сенситизации.
7. Методы снижения сенситизации.
8. Дайте определение понятию «монотония». Какие условия способствуют возникновению монотонии?
9. От чего зависит устойчивость к монотонии?
10. Стресс как эволюционно сформированный адаптационный синдром.
11. Информационные и эмоциональные факторы, обуславливающие возникновение стресса.
12. Гормональное обеспечение стрессовых состояний.
13. Виды стресса. Стадии стресса.
14. Зависимость стрессоустойчивости от свойств нервной системы.
15. Функциональные и регуляторные возможности человека в условиях стресса.
16. Сон как функциональное состояние и особое состояние сознания. Какие информационные процессы происходят во время сна?
17. Опишите объективные характеристики медленноволновой и быстроволновой стадии сна, их значение для оптимизации функционального состояния.
18. Покажите системные механизмы функционального состояния.
19. Опишите строение и функции системы неспецифической активации мозга.
20. Опишите строение и функции системы специфической активации мозга.
21. Покажите связь систем активации мозга с вегетативным контуром регуляции.
22. Какие отделы вегетативной нервной системы участвуют в регуляции сердечного ритма и в каких взаимоотношениях они находятся между собой?
23. Какие автоматические жизнеобеспечивающие системы функционируют в организме?
24. Каким образом изменяется сердечный ритм и функциональное состояние в целом во время информационной нагрузки?
25. Общая активность и эмоциональность как факторы функционального состояния.
26. От чего зависит уровень активации ЦНС ?
27. Каким образом можно определить уровень активации ЦНС?
28. Покажите роль уровня активации ЦНС в общепрофессиональной деятельности.
29. Какие аппаратно-программные средства используются для диагностики функционального состояния?
30. Какие условия необходимы для проведения диагностики функционального состояния?
31. Какую информацию можно извлечь из анализа кардиоинтервалов?
32. Укажите верхние и нижние границы нормы частоты сердечных сокращений и вариабельности сердечного ритма.
33. Что отражают статистические показатели сердечного ритма?
34. О чем свидетельствуют тахикардия, брадикардия, аритмия?
35. Какие структуры мозга участвуют в простой зрительно-моторной реакции?
36. Какие структуры мозга участвуют в сложной зрительно-моторной реакции?
37. О чем свидетельствует время простой зрительно-моторной реакции?
38. О чем свидетельствует время сложной зрительно-моторной реакции?
39. О чем свидетельствует ошибочные действия, опережение и пропуски сигналов?
40. Опишите функциональную систему, складывающуюся во время выполнения простой зрительно-моторной реакции.

41. Опишите функциональную систему, складывающуюся во время выполнения сложной зрительно-моторной реакции.
42. Укажите амплитудно-временные характеристики основных ритмов мозга.
43. Какие индивидуальные особенности имеет человек с мономорфным типом альфа-волн?
44. Какие индивидуальные особенности имеет человек с быстрым вариантом затылочного альфа-ритма?
45. О чем свидетельствует тип ЭЭГ с диффузными бета-волнами, при которых альфа-ритм не выражен?
46. Опишите основные принципы психофизиологического отбора.
47. Опишите основные принципы психофизиологической подготовки.
48. Опишите комплекс приемов, методов и средств для восстановления оптимального функционального состояния.
49. Опишите две основные стратегии реабилитации.
50. Самоконтроль и коррекция функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора к новым условиям деятельности.

7.4.2. Банк тестовых заданий

Тематическая структура дисциплины

№	Наименование раздела	№ п.п.	Тема	Перечень планируемых результатов обучения (ПРО)
1	Функциональное состояние. Виды функционального состояния	1	Функциональное состояние, его роль в общепрофессиональной деятельности. Функциональное состояние и здоровье	ОК-7 ОПК-1
		2	Виды функционального состояния. Состояние спокойного и активного бодрствования. Состояние сенситизации	
		3	Стресс. Функциональные и регуляторные возможности человека в условиях стресса	
		4	Монотония. Сон	
		5	Гипнотическое состояние	
2	Факторы функционального состояния. Статистические показатели функционального состояния	6	Системные механизмы функционального состояния	ОК-7 ОПК-1
		7	Вегетативная регуляция автоматических жизнеобеспечивающих процессов как фактор функционального состояния	
		8	Общая активность и эмоциональность как факторы функционального состояния	
		9	Система эндогенного поощрения как фактор функционального состояния	
		10	Уровень активации ЦНС	

3	Диагностика функциональных состояний	11	Аппаратно-программные средства и условия для проведения диагностики функционального состояния	ОК-7 ОПК-1
		12	Диагностика функционального состояния по скорости простой и сложной зрительно-моторной реакции	
		13	Диагностика функционального состояния по параметрам электроэнцефалограммы	
		14	Диагностика функционального состояния по вызванным потенциалам мозга и другим показателям	
		15	Диагностика функциональных состояний по параметрам сердечного ритма	
4	Психофизиологический отбор, психофизиологическая подготовка, психофизиологическая реабилитация	16	Психофизиологический отбор	ОК-7 ОПК-1
		17	Психофизиологическая подготовка	
		18	Психофизиологическая реабилитация	
		19	Самоконтроль функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора	
		20	Саморегуляция функционального состояния организма в процессе адаптации человека-оператора	
5	Экстремальные состояния и стресс	21	Понятие экстремальности и экстремальных условий деятельности	ОК-7 ОПК-1
		22	Абсолютная и относительная экстремальность	
		23	Адекватные и неадекватные формы ответа на экстремальную ситуацию	
		24	Соотнесение понятий экстремального состояния, психической напряженности и стресса	
		25	Классическая теория Г.Селье и ее развитие в психологии. Когнитивная модель стресса Р.Лазаруса	

Демонстрационный вариант теста

1.Задание

Цель профориентации – это:

знакомство школьников с профессиональными учебными заведениями и предприятиями города для последующего выбора карьеры

изучение профконсультантом индивидуально – психологических особенностей, учащихся для подбора подходяще профессии каждому из них

обучение школьников самостоятельному, осознанному выбору карьеры

формирование у учащихся представлений об особенностях различных профессий

2. Задание

Психолог-профконсультант:

составляет медицинские заключения учащихся в соответствии с выбранной ими профессией

обучает осознанному, самостоятельному выбору карьеры

выбирает каждому учащемуся наиболее подходящую для него профессию

дает конкретные советы учащимся относительно выбранной ими профессии

3. Задание

Должность – это:

профессия

специальность

призвание

служебная обязанность

4. Задание

Профессия-это:

род трудовой деятельности

вид занятия в рамках трудовой деятельности

служебная обязанность

наивысшая степень соответствия конкретного человека и его деятельности

5. Задание

Учитель начальных классов – это:

профессия

специальность

должность

призвание

6. Задание

Безработными признаются:

лица, не достигшие 16 лет

инвалиды 1 и 2 группы

лица, отказавшиеся в Центре занятости населения от 2-х вариантов подходящей работы в течение 10 дней

трудоспособные граждане, не имеющие работы и заработка, зарегистрированные в центре занятости населения как ищущие работу

7. Задание

Учащемуся с интеллектуальным типом личности более подходит профессия:

программиста

бухгалтера

коммерсанта

брокера

8. Задание

Для усидчивого, исполнительного, дисциплинированного человека, отдающего предпочтение четко сформулированным действиям, наиболее подходящей будет профессия:

художника

журналиста

парикмахера

корректора

9. Задание

Учащемуся со стандартным профессиональным типом личности более подходит профессия:

военного

учителя

геолога

фотографа

10. Задание

Руководить людьми легче человеку, имеющему темперамент:

сангвиника

холерика

флегматика

меланхолика

11. Задание

Работу, требующую высокой чувствительности, легче выполнять:

холерику

флегматику

сангвинику

меланхолику

12. Задание

С работой, требующей тонких ручных умений, высокой точности легче справиться:

холерику

флегматику

сангвинику

меланхолику

13. Задание

Работа, требующая подвижности, частой смены обстановки, меньше всего подходит:

холерику

флегматику

сангвинику

меланхолику

14. Задание

Для меланхоликов в профессии врача неудачной будет специализация:

терапевта

хирурга

окулиста

фтизиатра

15. Задание

Для учащегося, предпочитающего профессию типа «человек-техника», наиболее пригодна работа:

кассира

оператора ПК

механика

секретарь-машинистка

16. Задание

Профессия «бухгалтер» относится к типу:

«человек - человек»

«человек - художественный образ»

«человек - техника»

«человек - знаковая система»

17. Задание

Специального профессионального отбора требует профессия:

геолога

летчика

следователя

журналиста

18. Задание

Для успешного выбора профессии необходимо:

учесть потребности общества в данной профессии

принять решение по совету родственников

ориентироваться на содержание будущей деятельности, соотнеся

ее со своими возможностями

связать будущую деятельность с самым любимым школьным

предметом

19. Задание

Для успеха в деятельности наиболее существенной причиной выбора профессии является:

романтичность

высокая зарплата

хорошие условия труда

заинтересованность в деле

20. Задание

Для успешной карьеры, кроме знания своего дела, наиболее существенным является:

умение устанавливать и поддерживать отношения с людьми

наличие соответствующего темперамента

хорошие бытовые условия

внешние данные

21. Задание

Возвращение к онтогенетически более ранним, инфантильным стратегиям поведения называется:

отрицанием

регрессией

вытеснением

подавлением

22. Задание

Суть проекции заключается:

в приписывании другим людям собственных чувств

в ориентации поведения на доступную цель

в отрицании реальных фактов

в выборе поведения, противоположного подавленному

23. Задание

Принято считать, что наиболее адекватным способом психической защиты является:

проекция

вытеснение

сублимация

подавление

24. Задание

Только поведение, поддающееся наблюдению, может быть описано объективно, по мнению:

гештальтистов

фрейдистов

бихевиористов

когнитивистов

25. Задание

Поведение человека в проблемной ситуации, базирующееся на переборе «слепых» двигательных проб, лишь случайно приводящих к успеху, объяснил(а):

психология сознания

гештальтпсихология

бихевиоризм

психоанализ

7.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности.

1. Инструкция по проведению тестирования (доступна в учебных кабинетах с компьютерной техникой и на сайте вуза).

2. Демонстрационные варианты компьютерного тестирования (доступны во внутренней информационной сети вуза в учебных кабинетах с компьютерной техникой).

8. РЕКОМЕНДУЕМОЕ ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

8.1. ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии [Электронный ресурс]/ Адлер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Академический Проект, 2015.— 240 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36496.html>.— ЭБС «IPRbooks»

2. Пахальян В.Э. Практическая психология. Введение [Электронный ресурс]/ Пахальян В.Э.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 198 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29297.html>.— ЭБС «IPRbooks»

3. Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (педагогическая) [Электронный ресурс]: программа и методические рекомендации для магистрантов направления 44.04.01 «Педагогическое образование», программы «Историческое образование», «Историко-краеведческое образование», «История и культура России» /. — Электрон. текстовые данные. — Волгоград: Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2017. — 146 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72282.html>

4. Социальное взаимодействие в учебной и профессиональной деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.Д. Ишков [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский государственный строительный университет, Ай Пи Эр

Медиа, ЭБС АСВ, 2017. — 129 с. — 978-5-7264-1445-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/60774.html>

5. Студент как субъект саморазвития и отношения к учебно-профессиональной деятельности [Электронный ресурс] / В.Г. Маралов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Академический Проект, Фонд «Мир», 2017. — 191 с. — 978-5-8291-2552-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36595.html>

8.2. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Болдырева Т.А. Общие теории деформаций личности. Профессиональные деформации [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.А. Болдырева. — Электрон. текстовые данные. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. — 332 с. — 978-5-7410-1663-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71295.html>

2. Ковалев А.Н. Педагогика и психология в профессиональной деятельности [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для бакалавриата / А.Н. Ковалев, В.П. Смирнов. — Электрон. текстовые данные. — СПб.: Санкт-Петербургский юридический институт (филиал) Академии Генеральной прокуратуры РФ, 2014. — 104 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65504.html>

3. Манухина С.Ю. Основы практической психологии [Электронный ресурс]: хрестоматия. Учебно-методический комплекс/ Манухина С.Ю.— Электрон. текстовые данные.— М.: Евразийский открытый институт, 2011.— 88 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11045.html>.— ЭБС «IPRbooks»

4. Методы психологического обеспечения профессиональной деятельности и технологии развития ментальных ресурсов человека [Электронный ресурс]/ А.Ю. Акимов [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Институт психологии РАН, 2014. — 352 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51929.html>.— ЭБС «IPRbooks»

5. Милорадова Н.Г. Психология саморазвития и самоорганизации в условиях учебно-профессиональной деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов магистратуры, обучающихся по направлению подготовки 38.04.02 Менеджмент/ Милорадова Н.Г., Ишков А.Д.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский государственный строительный университет, Ай Пи Эр Медиа, ЭБС АСВ, 2016.— 109 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/54678.html>.— ЭБС «IPRbooks»

6. Психологические основы профессиональной деятельности [Электронный ресурс]: хрестоматия/ Ю.Я. Голиков [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Пер Сэ, 2007.— 855 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/7465.html>.— ЭБС «IPRbooks»

7. Психологическое сопровождение профессиональной деятельности [Электронный ресурс]: хрестоматия/ — Электрон. текстовые данные.— М.: Евразийский открытый институт, 2012.— 800 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14646.html>.— ЭБС «IPRbooks»

8. Степанов В.Г. Профориентация. Функциональная асимметрия мозга и выбор профессии [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / В.Г. Степанов. — Электрон. текстовые данные. — М.: Академический Проект, 2017. — 448 с. — 978-5-8291-2546-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36505.html>

8.3. РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Научная электронная библиотека elibrary.ru - http://elibrary.ru/project_authors.asp?

2. Психолого-педагогическая библиотека - <http://www.koob.ru/>

3. Электронно-библиотечная система - <http://www.iprbookshop.ru>

Рабочую программу дисциплины составили:

Осипова Виктория Викторовна кандидат психологических наук, доцент кафедры «Психологии» Частного образовательного учреждения высшего образования «Брянский институт управления и бизнеса».

Банная Светлана Александровна, старший преподаватель кафедры «Психологии» дисциплин Частного образовательного учреждения высшего образования «Брянский институт управления и бизнеса».

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Психологии»:

протокол № _____ от « ____ » _____ 20____ г.

Заведующий кафедрой _____ /Бохорский Е.М./