МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное автономное**

**образовательное учреждение высшего образования**

**«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет**

**им. Н.И. Лобачевского»**

|  |
| --- |
| Факультет социальных наук |

(факультет / институт / филиал)

УТВЕРЖДЕНО

Ученым советом ННГУ

3 июня 2020 года, протокол №6

**Рабочая программа дисциплины**

**«ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Уровень высшего образования

Бакалавриат

Направление подготовки

**37.03.01. Психология**

Профиль обучения:

**Общая и практическая психология**

Квалификация (степень) выпускника:

**Бакалавр**

Формы обучения

**очная, очно-заочная**

Нижний Новгород

2020

1. **МЕСТО И ЦЕЛИ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП**

Дисциплина «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) подготовки бакалавра по направлению 37.03.01. Психология. Дисциплина «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности» является дисциплиной по выбору и осваивается на 4 курсе в 8 семестре.

**Цель освоения дисциплины.**

*Целью данной дисциплины являются:* ознакомление студентов с общими и теоретическими вопросами прикладной психофизиологии профессиональной деятельности, освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области психофизиологии физической культуры и спорта, создание целостного представления и механизмах психофизиологических процессов, обеспечивающих активную мышечную и когнитивную деятельность организма внутри профессиональной деятельности.

*Задачи данной дисциплины в развитии компетенций психолога:*

1. Показать место психофизиологии спорта в ряду других дисциплин, изучающих профессиональную деятельность;
2. Познакомить обучающихся с историей становления психофизиологии труда и психофизиологии спорта;
3. Дать представление о психофизиологических характеристиках субъекта деятельности;
4. Представить психофизиологическую классификацию профессий;
5. Ознакомить студентов с понятием профессиональной пригодности и психофизиологическими методами установления соответствия между профессией и субъектомспорта и труда.

**2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (КОМПЕТЕНЦИЯМИ ВЫПУСКНИКОВ)**

**Планируемые результаты обучения по дисциплине «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности»**

|  |  |
| --- | --- |
| Формируемые компетенции | **Планируемые результаты обучения по дисциплине** |
| ОК-8: способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | *Знать*   * методы и средства физической культуры;   *Уметь*   * обеспечивать полноценную социальную и профессиональную деятельность;   *Владеть*   * методами и средствами физической культуры. |
| ПК-1: способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности | *Знать*   * программы предупреждения отклонений в социальном и личностном статусе и развитии;   *Уметь*   * реализовывать стандартные программы, направленные на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии;   *Владеть*   * программами предупреждения профессиональных рисков в различных видах деятельности. |
| ПК-14 - способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп | *Знать*   * психологические технологии для работы с индивидами и группами;   *Уметь*   * реализовывать психологические технологии, ориентированные на личностный рост сотрудников;   *Владеть*   * способами охраны здоровья индивидов и групп. |
| ПК ОС-17- способность к исследованию биологической природы человека, применению в профессиональной деятельности концепций нейрофизиологической детерминации поведения, регуляции, адаптации и компенсации, психофизиологических представлений о нормальном и отклоняющемся развитии человека, и факторах, влияющих на этот процесс | *Знать*   * психофизиологические особенности представителей различных профессий и видов спорта;   *Уметь*   * пользоваться современным лабораторным оборудованием для психофизиологического профессионального отбора и функциональной диагностики представителей профессий группы риска;   *Владеть*   * методами исследования биологической природы человека. |

**3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Форма промежуточной аттестации по дисциплине** – экзамен

**ОЧНАЯ ФОРМА:**

Объем дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных единиц, всего 180 часов, из которых 16 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (14 часов занятия семинарского типа, в том числе 2 часа - мероприятия текущего контроля успеваемости, 2 часа - мероприятия промежуточной аттестации), 164 часа составляет самостоятельная работа обучающегося

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины | **Всего часов** | **Контактная работа** | | **Самостоятельная работа обучающегося,**  **часы** |
| **Занятия лекционного типа** | **Занятия семинарского типа** |
| **Введение. Психофизиология трудаи спортакак практическая область.** | 17 |  | 2 | 15 |
| **Раздел 1. Энергетические траты организма при различных видах трудовой деятельности.** | 26 |  | 2 | 24 |
| **Раздел 2. Особенности адаптации систем организма к различным видам трудовой деятельности.** | 26 |  | 2 | 24 |
| **Раздел 3. Действие внешних производственных факторов на работоспособность и психофизиологическое состояние человека.** | 19 |  | 2 | 17 |
| **Раздел 4. Эргономическая психофизиология зрительной сенсорной системы.** | 26 |  | 2 | 24 |
| **Раздел 5. Психофизиологические аспекты профессионального отбора и производственного обучения.** | 28 |  | 4 | 24 |

Примечание: текущий контроль успеваемости реализован на занятиях семинарского типа

**ОЧНО-ЗАОЧНАЯ ФОРМА:**

Объем дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных единиц, всего 180 часов, из которых 10 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (8 часов занятия семинарского типа, в том числе 2 часа - мероприятия текущего контроля успеваемости, 2 часа - мероприятия промежуточной аттестации), 170 часа составляет самостоятельная работа обучающегося

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины | **Всего часов** | **Контактная работа** | | **Самостоятельная работа обучающегося,**  **часы** |
| **Занятия лекционного типа** | **Занятия семинарского типа** |
| **Введение. Психофизиология труда и спорта как практическая область.** | 20 |  | 2 | 18 |
| **Раздел 1. Энергетические траты организма при различных видах трудовой деятельности.** | 26 |  | 2 | 24 |
| **Раздел 2. Особенности адаптации систем организма к различным видам трудовой деятельности.** | 25 |  | 1 | 24 |
| **Раздел 3. Действие внешних производственных факторов на работоспособность и психофизиологическое состояние человека.** | 21 |  | 1 | 20 |
| **Раздел 4. Эргономическая психофизиология зрительной сенсорной системы.** | 25 |  | 1 | 24 |
| **Раздел 5. Психофизиологические аспекты профессионального отбора и производственного обучения.** | 25 |  | 1 | 24 |

Примечание: текущий контроль успеваемости реализован на занятиях семинарского типа

**4. Образовательные технологии**

В процессе преподавания дисциплины «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности» используются современные методы преподавания и образовательные технологии: доклад по выбранной теме, анализ и обсуждение индивидуальных случаев, различных точек зрения по проблемным вопросам.

**5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**5.1. Перечень видов самостоятельной работы**

В рамках дисциплины «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности» предусмотрены следующие виды самостоятельной работы:

* повторение пройденного на занятиях материала,
* подготовка докладов к практическим занятиям,
* самостоятельное изучение отдельных вопросов программы,
* подготовка к проверочной работе,
* написание реферата,
* подготовка к промежуточной аттестации.

Методические материалы для самостоятельной работы представлены в пунктах 5.2-5.6.

**5.2. Список тем для докладов к практическим занятиям**

Доклады готовятся в группе из 3-4 человек. Представляют собой выступление-презентацию с описанием специфики роли психофизиологии в спортивной или профессиональной деятельности.

Темы докладов:

* Функциональное состояние как системообразующий фактор профессиональной работоспособности;
* Состояние тренированности и спортивной формы как устойчивое оптимальное функциональное состояние;
* Принципы оценки психофизиологических состояний сотрудников;
* Психофизиологическая диагностика уровня восстановления.

Оценивается:

* Умение взаимодействовать в группе, распределять функции;
* Уровень подготоволенности доклада и презентации;
* Правильность и достаточность информации по особенностям выбранной сферы.

**5.3. Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение**

* Аспекты принципа активности: физиологический, общебиологический и философский.
* Психофизиологические детерминанты адаптации человека к экстремальным условиям деятельности.
* Шум как стрессогенный фактор на производстве.
* Механизмы цветового зрения.
* Состояния, связанные с оценкой результатов спортивной деятельности.

**5.4. Темы к текущему контролю успеваемости в виде проверочной работы**

Проверочная работа проходит в виде краткого письменного ответа по одной из нижеперечисленных тем на выбор преподавателя:

* Стресс на рабочем месте.
* Мобилизация сердечно-сосудистой системы в контексте профессиональной деятельности.
* Закономерности изменения психофизиологических процессов при трудовой деятельности.
* Рабочий динамический стереотип.
* Психомоторика, принцип сенсорных коррекций движений, уровневое построение движений.
* Роль адаптации в обеспечение биологической надежности функционирования организма при занятиях спортом.
* Принцип доминанты и управление деятельностью. Истинное и ложное устойчивое состояние.
* Биоритмы и циркадианные ритмы в организме. Механизмы зрительной ориентации в пространстве.
* Определение индивидуального психофизиологического профиля. Психофизиологическая диагностика состояний утомления, переутомления, перенапряжения и дизадаптации.

**5.5. Методические указания для выполнения самостоятельной проектной работы (реферата)**

Самостоятельная работа предполагает написание реферата. Для оказания помощи при выполнении реферата проводятся несколько индивидуальных и групповых консультаций, на которых студенты могут задать вопросы и обсудить свои идеи.

**Цели самостоятельной проектной работы следующие:**

* расширение теоретических знаний, необходимых в работе психолога;
* ознакомиться с основными элементами работы психолога в сфере спорта;
* тренировка умения планировать научно-исследовательскую работу;
* освоение правил оформления научно-исследовательской работы.

**Структура работы должна включать 2 главы:**

1. Общее описание психофизиологии спорта/профессиональной деятельности.

Глава строится на основе материалов учебников и научных статей. Важно отразить:

* историю становления психофизиологии спорта/профессиональной деятельности,
* какие цели и задачи она реализует (чем полезна для человечества)
* какой проблематикой занимается
* какие методы работы используются
* какие методологические и теоретические концепции развиваются

1. Выделение одной узкой проблемы, описание ее исследования и подходов к решению

Глава строится на анализе научных статей и диссертаций

Кроме этого в работе должны быть введение и заключение, оформленные в соответствии с правилами написания научно-исследовательских работ.

**5.6. Подготовка к промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины проходит в форме экзамена. Подготовка к экзамену является концентрированной систематизацией всех полученных знаний по дисциплине «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности».

В начале семестра рекомендуется внимательно изучить перечень вопросов к экзамену по данной дисциплине, а также использовать в процессе обучения программу, другие методические материалы, разработанные кафедрой по данной дисциплине. Это позволит в процессе изучения тем сформировать более правильное и обобщенное видение студентом существа того или иного вопроса за счет:

а) уточняющих вопросов преподавателю;

б) подготовки докладов по отдельным темам;

в) самостоятельного уточнения вопросов на смежных дисциплинах;

г) углубленного изучения вопросов темы по учебным пособиям.

Вопросы для подготовки к экзамену представлены в п.6 данной программы.

**6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**6.1. Перечень компетенций выпускников образовательной программы с указанием результатов обучения (знаний, умений, владений), описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования**

Описание показателей и критериев оценивания компетенций, осваиваемых в рамках дисциплины «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности»» представлено в таблицах 5-8.

Таблица 5

**Описание показателей и критериев оценивания компетенции ОК-8: способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Индикаторы компетенции | ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ | | | | | | |
| плохо | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | очень хорошо | отлично | превосходно |
| Знать:  методы и средства физической культуры | Отсутствие знаний теоретического материала.  Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. | Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки. | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. | Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки. |
| Уметь:  обеспечивать полноценную социальную и профессиональную деятельность | Отсутствие минимальных умений . Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения.  Имели место грубые ошибки. | Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания но не в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи . Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения,решены все основные задачи с отдельными несущественнымнедочетами, выполнены все задания в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном  объеме без недочетов |
| Владеть:  методами и средствами физической культуры | Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки.  Имели место грубые ошибки. | Имеется минимальный  набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрированы навыки  при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач |
| Шкала оценок по проценту правильно выполненных контрольных заданий | 0 – 20 % | 20 – 50 % | 50 – 70 % | 70-80 % | 80 – 90 % | 90 – 99 % | 100% |

Таблица 6

**Описание показателей и критериев оценивания компетенции ПК-1: способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Индикаторы компетенции | | ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ | | | | | | |
| плохо | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | очень хорошо | отлично | превосходно |
| Знать:  программы предупреждения отклонений в социальном и личностном статусе и развитии | Отсутствие знаний теоретического материала.  Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. | Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки. | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. | Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки. |
| Уметь:  реализовывать стандартные программы, направленные на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии | Отсутствие минимальных умений . Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения.  Имели место грубые ошибки. | Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания но не в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи . Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения,решены все основные задачи с отдельными несущественнымнедочетами, выполнены все задания в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном  объеме без недочетов |
| Владеть:  программами предупреждения профессиональных рисков в различных видах деятельности | Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки.  Имели место грубые ошибки. | Имеется минимальный  набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрированы навыки  при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач |
| Шкала оценок по проценту правильно выполненных контрольных заданий | 0 – 20 % | 20 – 50 % | 50 – 70 % | 70-80 % | 80 – 90 % | 90 – 99 % | 100% |

Таблица 7

**Описание показателей и критериев оценивания компетенции ПК-14: способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Индикаторы компетенции | ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ | | | | | | |
| плохо | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | очень хорошо | отлично | превосходно |
| Знать:  психологические технологии для работы с индивидами и группами | Отсутствие знаний теоретического материала.  Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. | Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки. | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. | Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки. |
| Уметь:  реализовывать психологические технологии, ориентированные на личностный рост сотрудников | Отсутствие минимальных умений . Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения.  Имели место грубые ошибки. | Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания но не в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи . Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения,решены все основные задачи с отдельными несущественнымнедочетами, выполнены все задания в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном  объеме без недочетов |
| Владеть:  способами охраны здоровья индивидов и групп | Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки.  Имели место грубые ошибки. | Имеется минимальный  набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрированы навыки  при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач |
| Шкала оценок по проценту правильно выполненных контрольных заданий | 0 – 20 % | 20 – 50 % | 50 – 70 % | 70-80 % | 80 – 90 % | 90 – 99 % | 100% |

Таблица 8

**Описание показателей и критериев оценивания компетенции ПК-17д: способность к исследованию биологической природы человека, применению в профессиональной деятельности концепций нейрофизиологической детерминации поведения, регуляции, адаптации и компенсации, психофизиологических представлений о нормальном и отклоняющемся развитии человека, и факторах, влияющих на этот процесс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Индикаторы компетенции | ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ | | | | | | |
| плохо | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | очень хорошо | отлично | превосходно |
| Знать:  психофизиологические особенности представителей различных профессий и видов спорта | Отсутствие знаний теоретического материала.  Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. | Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки. | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. | Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки. |
| Уметь:  пользоваться современным лабораторным оборудованием для психофизиологического профессионального отбора и функциональной диагностики представителей профессий группы риска | Отсутствие минимальных умений . Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения.  Имели место грубые ошибки. | Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания но не в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи . Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения,решены все основные задачи с отдельными несущественнымнедочетами, выполнены все задания в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном  объеме без недочетов |
| Владеть:  методами исследования биологической природы человека | Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки.  Имели место грубые ошибки. | Имеется минимальный  набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрированы навыки  при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач |
| Шкала оценок по проценту правильно выполненных контрольных заданий | 0 – 20 % | 20 – 50 % | 50 – 70 % | 70-80 % | 80 – 90 % | 90 – 99 % | 100% |

**6.2. Описание критериев и шкал оценивания**

Оценка сформированности компетенций в рамках дисциплины «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности» осуществляется во время аттестационных мероприятий:

1) текущий контроль успеваемости – проверка самостоятельной проектной работы (реферата), оценка выступления с докладом на практическом занятии и результат проверочной работы;

2) промежуточная аттестация, которая осуществляется в форме теста.

Оценка, полученная по итогам промежуточной аттестации является интегральной, так как включает в себя оценки знаний, умений, владения профессиональными опытом и навыками для всех компетенций, относящихся к дисциплине.

При оценке текущего контроля успеваемости в виде доклада-презентации и проверочной работы также используются критерии оценки компетенций, представленные в пункте 6.1. Для оценки и реферата могут быть использованы интегральные оценки.

**Критерии оценивания проектной работы (реферата):**

За работу можно получить максимум 50 баллов. Оценка за проектную работу складывается из:

* Грамотного планирования, структурирования работы.
* Качественно выполненного анализа научных источников
* Широты обора источников
* Правильности оформления работы
* Правильность оформления ссылок на источники

Оценка снижается за:

* отсутствии в работе какого-либо раздела
* отсутствии в работе описания существенных сторон отрасли
* отсутствии или небольшом количестве (менее 10) статей
* неграмотном оформлении работы
* отсутствие или небольшое количество (менее 3 на страницу) ссылок на источники

Суммарный балл переводится в оценки следующим образом:

* 47 и более баллов - превосходно
* 40-46 баллов – отлично
* 35-39 баллов – очень хорошо
* 30-34 баллов –хорошо
* 25-29 баллов – удовлетворительно
* менее 25 баллов – неудовлетворительно.

При наличии по итогам всех форм текущего контроля оценок «хорошо» и выше при проведении промежуточной аттестации по желанию студента за экзамен может быть выставлена оценка, соответствующая минимальному баллу, полученному по текущему контролю, без процедуры ответа на экзаменационный тест.

**6.3. Процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю).**

Для оценивания результатов обучения в виде знаний используются следующие процедуры и технологии:

* письменные ответы на вопросы проверочной работы;
* тестирование.

Для оценивания результатов обучения в виде умений и владений на экзамене используются практические контрольные задания:

* установление последовательности (описать алгоритм выполнения действия),
* нахождение ошибок;
* указать возможное влияние факторов на последствия реализации умения и т.д.

Кроме этого для оценивания результатов обучения используются процедуры и технологии, позволяющие оценить и знания, и умения, и владения:

* подготовка доклада и выступление в ним;
* написание и защита самостоятельной проектной работы (реферата).

**Процедура проведения экзамена следующая.** Студентам выдаются листы, на которых напечатаны тестовые вопросы. Каждый студент заполняет свой бланк ручкой. На выполнение теста дается 60 минут.

**Критерии оценки на экзамене.** За каждый правильный ответ студенту начисляется один балл. Оценка ставится по следующим критериям:

* 95% правильных ответов - превосходно
* 85-90% правильных ответов – отлично
* 70-85% правильных ответов – очень хорошо
* 60-70% правильных ответов –хорошо
* 50-60% правильных ответов – удовлетворительно
* менее 50% правильных ответов – неудовлетворительно.

**6.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения и (или) для итогового контроля сформированности компетенции.**

**Вопросы к проверочной работе**

* Стресс на рабочем месте.
* Мобилизация сердечно-сосудистой системы в контексте профессиональной деятельности.
* Закономерности изменения психофизиологических процессов при трудовой деятельности.
* Рабочий динамический стереотип.
* Психомоторика, принцип сенсорных коррекций движений, уровневое построение движений.
* Роль адаптации в обеспечение биологической надежности функционирования организма при занятиях спортом.
* Принцип доминанты и управление деятельностью. Истинное и ложное устойчивое состояние.
* Биоритмы и циркадианные ритмы в организме. Механизмы зрительной ориентации в пространстве.
* Определение индивидуального психофизиологического профиля. Психофизиологическая диагностика состояний утомления, переутомления, перенапряжения и дизадаптации.

**Примеры тестовых заданий**

ОК-8: способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

*Двигательная активность человека, обеспечивающая его перемещение в пространстве:*

*а) ходьба, бег, прыжки;*

*б) действия;*

***в) локомоции.***

ПК-1: способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности

*Состояния эмоционального возбуждения часто возникают перед соревнованиями, что требует организации и проведения мероприятий, направленных на уменьшение психической напряженности. Какие это мероприятия?*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

ПК-14: способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп

*Дайте определение понятия «саморазвитие».*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

ПК-17д: способность к исследованию биологической природы человека, применению в профессиональной деятельности концепций нейрофизиологической детерминации поведения, регуляции, адаптации и компенсации, психофизиологических представлений о нормальном и отклоняющемся развитии человека, и факторах, влияющих на этот процесс

*Ориентировочный рефлекс составляет основу:*

***а) непроизвольного внимания;***

*б) произвольного внимания;*

*в) постпроизвольного внимания.*

**Вопросы к экзамену**

1. Раскрыть психофизиологические особенности занятий спортом и профессиональной деятельности.
2. Дать определение понятию «состояние» и объяснить причины возникновения психофизиологических состояний у спортсменов разной квалификации.
3. Этапы деятельности и психофизиологические состояния, им сопутствующие.
4. Особенности формирование функциональных систем в процессе деятельности.
5. Блоки функциональных систем и их роль в управление деятельностью.
6. Структура тренированности и ее содержание
7. Принципы оценки психофизиологических состояний.
8. Особенности организация процедуры психофизиологического обследования, его этапы и задачи.
9. Субъективная оценка собственного состояния, ее особенности.
10. Роль переживаний субъектов в диагностике их состояний.
11. Охарактеризовать методики оценки индивидуальных типологических свойств.
12. Охарактеризовать методики оценки основных свойств нервной системы.
13. Направления применения реакциометрии и тепинг тестов
14. Методики исследования индивидуальных особенностей субъективного восприятия.
15. Содержание психофизиологической диагностики состояния утомления
16. Содержание психофизиологической диагностики уровня восстановления.
17. Факторы, влияющие на величину изменения вегетативных функций во время работы
18. Состояние утомления, состояние операциональной напряженности, особенности их развития
19. Средства активизации восстановительных процессов.
20. Состояния, связанные с оценкой результатов спортивной деятельности.

*- Описание шкал оценивания*

Оценка сформированности компетенций осуществляется во время аттестационных мероприятий:

1. текущий контроль успеваемости – проверка самостоятельной работы реферата и оценка его представления на практическом занятии,
2. промежуточная аттестация, которая может осуществляться в 2-х формах:

* устный экзамен,
* письменный экзамен в виде итогового теста.

На промежуточной аттестации проводится оценка сформированности всех компетенций, относящихся к дисциплине «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности». Промежуточная аттестация по дисциплине «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности» проводится в форме экзамена. Экзамен может проводиться как в устной, так и в письменной формах.

**Критерии и шкалы для интегрированной оценки уровня сформированности компетенций**

(оценка осуществляется по результатам текущей проверки знаний и промежуточной аттестации)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Индикаторы компетенции** | **ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ** | | | | | | |
| **плохо** | **неудовлетворительно** | **удовлетворительно** | **хорошо** | **очень хорошо** | **отлично** | **превосходно** |
| **Полнота знаний** | Отсутствие знаний теоретическогоматериала.  Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. | Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки. | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. | Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки. |
| **Наличие умений** | Отсутствие минимальных умений . Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения.  Имели место грубые ошибки. | Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания но не в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи .Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме. | Продемонстрированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном  Объеме без недочетов |
| **Наличие навыков**  **(владение опытом)** | Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки.  Имели место грубые ошибки. | Имеется минимальный  набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки  при решении стандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрированы навыки  при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов. | Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач |
| **Мотивация(личностное отношение)** | Полное отсутствие учебной активности и мотивации | Учебная активность и мотивация слабо выражены, готовность решать поставленные задачи качественно отсутствуют | Учебная активность и мотивация низкие, слабо выражены, стремление решать задачи качественно | Учебная активность и мотивация проявляются на среднем уровне, демонстрируется готовность выполнять поставленные задачи на среднем уровне качества | Учебная активность и мотивация проявляются на уровне выше среднего, демонстрируется готовность выполнять большинство поставленных задач на высоком уровне качества | Учебная активность и мотивация проявляются на высоком уровне, демонстрируется готовность выполнять все поставленные задачи на высоком уровне качества | Учебная активность и мотивация проявляются на очень высоком уровне, демонстрируется готовность выполнять нестандартные дополнительные задачи на высоком уровне качества |
| **Характеристика сформированности компетенции** | Компетенция в не сформирована. отсутствуют знания, умения, навыки, необходимые для решения практических (профессиональных) задач. Требуется повторное обучение | Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения практических (профессиональных) задач. Требуется повторное обучение | Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач, но требуется дополнительная практика по большинству практических задач. | Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям, но есть недочеты. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач, но требуется дополнительная практика по некоторым профессиональным задачам. | Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения стандартных практических(профессиональных) задач. | Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для решения сложныхпрактических(профессиональных) задач. | Сформированность компетенции превышает стандартные требования. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для применения творческого подхода к решению сложных практических (профессиональных) задач. |
| **Уровень сформированности компетенций** | Нулевой | Низкий | Ниже среднего | Средний | Выше среднего | Высокий | Очень высокий |

* 1. **Методические материалы, определяющие процедуры оценивания.**

1. Положение «О проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ННГУ», утверждённое приказом ректора ННГУ от 13.02.2014 г. № 55-ОД.
2. Положение о фонде оценочных средств, утверждённое приказом ректора ННГУ от 10.06.2015 г. № 247-ОД
3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания представлены в УМП Петрова И.Э.,Орлов А.В. Оценка сформированности компетенций**.** – Н. Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2015. – 49 с.

**7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**а) Основная литература**

1. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для академического бакалавриата / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 122 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03083-9. <https://biblio-online.ru/book/F0FF7D55-9763-49A4-80C0-BAFBF359CA9D>
2. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 161 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-03264-2. <https://biblio-online.ru/book/096356A9-8346-4C3C-90D7-C5662E7765BE>
3. Родионов, В. А. Спортивная психология : учебник для академического бакалавриата / В. А. Родионов, А. В. Родионов, В. Г. Сивицкий ; под общ. ред. В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 367 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00285-0. <https://biblio-online.ru/book/6E7DA57C-417A-4765-9CB9-996C68F798A3>
4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для СПО / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 338 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00690-2. <https://biblio-online.ru/book/41D7F2C3-B8FC-4BB3-BB63-70DEC585C06A>
5. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для академического бакалавриата / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 396 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00861-6. <https://biblio-online.ru/book/7C95EEFD-F675-45DA-81CC-B7F430CC57A4>
6. Черенкова, Л. В. Психофизиология в схемах и комментариях : учебное пособие для академического бакалавриата / Л. В. Черенкова, Е. И. Краснощекова, Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 236 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-02934-5. <https://biblio-online.ru/book/4DCD835C-3010-4278-B2AB-544345248BEB>

**б) Дополнительная литература**

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 531 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01035-0. <https://biblio-online.ru/book/5710B85C-9645-4251-9323-07591D5F4790>
2. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 247 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04766-0. <https://biblio-online.ru/book/3757A2B0-DEF9-4A8E-B56D-B64B94406E68>
3. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для академического бакалавриата / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 280 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04167-5. <https://biblio-online.ru/book/BBA3522B-67EF-4362-A029-C0870632584A>
4. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 244 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05600-6. <https://biblio-online.ru/book/7962A2E2-E6D4-498D-9F02-7AF53290A4BC>
5. Соколова, Л. В. Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении : учебное пособие для академического бакалавриата / Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 186 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс. Модуль.). — ISBN 978-5-534-02928-4. <https://biblio-online.ru/book/D60715D5-B885-4E2B-8B08-4066B7EE540A>
6. Феоктистова, С. В. Психология : учебное пособие для академического бакалавриата / С. В. Феоктистова, Т. Ю. Маринова, Н. Н. Васильева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 241 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05421-7. <https://biblio-online.ru/book/FE1F7801-73E1-400F-9571-4F880F1DA712>
7. Сеченов, И. М. Психология поведения. Избранные труды / И. М. Сеченов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 327 с. — (Серия : Антология мысли). — ISBN 978-5-534-02814-0. <https://biblio-online.ru/book/BF5316F2-4A48-4F25-8C84-C833B54F887> 1

**Интернет-ресурсы:**

* + - 1. <http://psyjournals.ru/> - Портал психологических изданий. Издатель: Московский государственный психолого-педагогический университет.
      2. <http://www.psystudy.com/> - Официальный сайт мультидисциплинарного научного психологического интернет-журнала "Психологические исследования".
      3. <http://www.psy-gazeta.ru/> - «Психологическая газета» – профессиональное периодическое интернет-издание для психологов.
      4. <http://www.voppsy.ru/frame25.htm> - «Вопросы психологии». Полнотекстовая электронная библиотека журнала за 20 лет (1980–1999)
      5. <https://cyberleninka.ru/> - Научная открытая электронная библиотека
      6. <http://diss.rsl.ru/> - Электронная библиотека диссертаций РГБ. Текстовые доступы к авторефератам и диссертациям.
      7. <http://elibrary.ru/> - научная электронная библиотека

**8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

В процессе преподавания дисциплины «Психофизиология спорта и профессиональной деятельности» требуется учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, оснащенные стационарным или переносным мультимедийным комплексом, групповых и индивидуальных консультаций, помещения для самостоятельно работы обучающихся, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную образовательную среду.

8.1. Программное обеспечение

Для работы с текстами – MicrosoftWord, для подготовки презентаций – MicrosoftPowerPoint, для поиска информации – интернет-браузер. (Дог. № 62459079, бессрочно)

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО, с учетом рекомендаций ОПОП ВО ННГУ по направлению подготовки 37.03.01. Психология (уровень бакалавриат), направленность (профиль) подготовки «Общая и практическая психология».

Автор: Парин С.Б., профессор

Рецензент: Шуткина Ж.А.

Заведующий кафедрой психофизиологии ФСН ННГУ Полевая С.А., д.б.н.

Программа одобрена на заседании учебно-методической комиссии ФСН 07.04.2020, протокол № 7