

УТВЕРЖДАЮ  
Первый проректор, проректор по  
УР

\_\_\_\_\_ А.Е. Рудин

«30» 06 2020 года

## Рабочая программа дисциплины

**Б1.О.05**

Возрастная физиология и психофизиология

Учебный план: ФГОС 3++\_2020-2021\_44.03.04\_ИЭСТ\_ЗАО\_имидж.plx

Кафедра: **35** Педагогики и психологии профессионального образования

Направление подготовки:  
(специальность) 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям)

Профиль подготовки: Декоративно - прикладное искусство и дизайн (имиджевый дизайн)  
(специализация)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

### План учебного процесса

Семестр (курс для ЗАО)	Контактная работа обучающихся		Сам. работа	Контроль, час.	Трудоё мкость, ЗЕТ	Форма промежуточной аттестации
	Лекции	Практ. занятия				
1	УП	4	32		1	
	РПД	4	32		1	
2	УП	8	83	9	3	Экзамен
	РПД	8	83	9	3	
Итого	УП	12	115	9	4	
	РПД	12	115	9	4	

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям), утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. № 124

Составитель (и):

кандидат педагогических наук, Доцент

\_\_\_\_\_

Никитина Г. А.

От кафедры составителя:

Заведующий кафедрой педагогики и психологии  
профессионального образования

\_\_\_\_\_

Есаулова Марина  
Борисовна

От выпускающей кафедры:

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_

Есаулова Марина  
Борисовна

Методический отдел:

\_\_\_\_\_

## 1 ВВЕДЕНИЕ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

**1.1 Цель дисциплины:** Сформировать компетенции обучающихся в области изучения закономерностей функционирования организма на разных этапах индивидуального развития, базовых нейрофизиологических механизмов, обеспечивающих осуществление психических процессов и организацию целенаправленного поведения.

### 1.2 Задачи дисциплины:

1. Рассмотреть основные научные положения о функционировании организма в онтогенезе.
2. Раскрыть принципы теории высшей деятельности, дать представление о роли высшей нервной деятельности в регуляции поведения и сознания человека.
3. Показать особенности роста и развития человеческого организма, возрастных особенностях функционирования систем органов и организма в целом.
4. Показать физиологическую основу познавательных, эмоциональных и волевых процессов, сознательной деятельности человека.
5. Раскрыть пагубное влияние на организм человека психостимулирующих, наркотических и алкогольных веществ.
6. Познакомить с основами гигиены и здорового образа жизни.

### 1.3 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Предварительная подготовка предполагает создание основы для формирования компетенций, указанных в п. 2, при изучении дисциплин:

Философия

Информационные технологии

Введение в профессионально-педагогическую деятельность

## 2 КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**ОПК-8: Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний**

**Знать:** возрастные и психо-физиологические особенности обучающихся в контексте организации образовательной деятельности

**Уметь:** осуществлять педагогическую деятельность на основе базовых знаний возрастной физиологии и психофизиологии; определять индивидуально-типологические особенности психофизиологических процессов, связанных с работой головного мозга.

**Владеть:** навыками применения устной и письменной коммуникации при решении профессиональных задач, методов дискуссии, полемики, навыками построения графиков бодрствования и отдыха на основе знаний о гигиене трудовой и учебной деятельности.

## 3 РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Наименование и содержание разделов, тем и учебных занятий	Семестр (курс для ЗАО)	Контактная работа		СР (часы)	Инновац. формы занятий
		Лек. (часы)	Пр. (часы)		
Раздел 1. Человек как целостная биологическая функциональная система.	1				
Тема 1. Предмет и методы возрастной физиологии и психофизиологии.		1		8	ИЛ
Тема 2. История развития этих наук. Понятие об индивидуальном развитии. Понятие нормы в возрастной физиологии и психофизиологии.		1		8	ГД
Тема 3. История развития этих наук. Понятие об индивидуальном развитии. Понятие нормы в возрастной физиологии и психофизиологии. Строение тканей и их типы. Органы и системы органов. Нейрогуморальный механизм регуляции деятельности организма человека.		1		8	АС
Тема 4. Организм как целостная система, его взаимодействие с окружающей средой.		1		8	ИЛ
Итого в семестре (на курсе для ЗАО)		4		32	
Консультации и промежуточная аттестация - нет		0			

Раздел 2. Психофизиологические основы протекания психических процессов и функциональных состояний человека.				
Тема 5. Структурно-функциональная организация нервной системы и ее значение. Развитие различных разделов нервной системы человека.	1		9	ГД
Тема 6. Понятие о высшей нервной деятельности. Межполушарная асимметрия головного мозга. Психофизиологические механизмы регуляции сознания и поведения человека.	1		9	РИ
Тема 7. Психофизиологические основы сенсорно-перцептивных и познавательных психических процессов. Первая и вторая сигнальная система. Психофизиологические основы эмоциональных и волевых процессов.	1	2	9	ИЛ
Тема 8. Психофизиологические основы функциональных состояний человека: бодрствование, сон, отдых, работа и пр.	1		9	РИ
Тема 9. Стадии работоспособности. Биоритмы и цикличность деятельности человека. Способы восстановления работоспособности. Положительное и отрицательное влияние стресса.	1		9	ГД
Тема 10. Стадии работоспособности. Биоритмы и цикличность деятельности человека. Способы восстановления работоспособности. Положительное и отрицательное влияние стресса.	1		9	РИ

Раздел 3. Возрастные особенности функционирования организма в процессе онтогенеза.				
Тема 11. Понятия "рост" и "развитие". Сензитивные и критические периоды развития организма. Возрастные особенности различных систем организма. Гигиена подросткового и юношеского возраста. Пубертат. Особенности работоспособности в юношеском возрасте.	1	1	9	АС
Тема 12. Возрастные особенности различных систем организма. Гигиена подросткового и юношеского возраста.	1	3	9	АС
Тема 13. Пубертат. Особенности работоспособности в юношеском возрасте. Физиологические особенности подросткового и юношеского возраста.		4	11	ГД
Итого в семестре (на курсе для ЗАО)	8	8	83	
Консультации и промежуточная аттестация (Экзамен)	2,5		6,5	
<b>Всего контактная работа и СР по дисциплине</b>	22,5		121,5	

#### 4 КУРСОВОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ

Курсовое проектирование учебным планом не предусмотрено

#### 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

##### 5.1 Описание показателей, критериев и системы оценивания результатов обучения

##### 5.1.1 Показатели оценивания

Код компетенции	Показатели оценивания результатов обучения	Наименование оценочного средства
ОПК-8	Излагает учебный материал по дисциплине Анализирует различные ситуации и дает необходимые рекомендации по их урегулированию. Объясняет и планирует образовательную деятельность, опираясь на знания возрастной физиологии и психофизиологии	Вопросы для устного собеседования. Практико-ориентированные задания

### 5.1.2 Система и критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценивания сформированности компетенций	
	Устное собеседование	Письменная работа
5 (отлично)	Полные, развернутые, верные ответы на вопросы с использованием дополнительных источников информации. Активное участие на практических занятиях. Необходимые письменные работы сданы в срок.	
4 (хорошо)	Развернутые ответы с небольшими неточностями, репродукция материалов лекций и практических занятий. Отсутствие самостоятельных выводов. Участие в практических занятиях. Необходимые письменные работы сданы в срок.	
3 (удовлетворительно)	Неполные ответы, неточности, отсутствие самостоятельных выводов. Присутствие, без активного участия, на практических занятиях. Необходимые письменные работы сданы с нарушением сроков.	
2 (неудовлетворительно)	Неверные, неточные ответы.	
	Отсутствие на 70% занятий. Необходимые письменные работы сданы с нарушением сроков.	

## 5.2 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

### 5.2.1 Перечень контрольных вопросов

№ п/п	Формулировки вопросов
Курс 1	
1	Виды тканей, имеющиеся в организме человека. Их особенности, примеры.
2	Строение скелета человека, разделы скелета. Виды костей, особенности их строения.
3	Мышцы и связки, хрящи. Особенности строения, примеры.
4	Строение глаза. Возрастные особенности зрения человека.
5	Строение уха. Возрастные особенности слуха человека.
6	Строение носа и носоглотки. Возрастные особенности строения носоглотки.
7	Строение кожи. Возрастные особенности кожных покровов и слизистых.
8	Тактильные ощущения: их виды, органы восприятия, возрастные особенности.
9	Органы равновесия: их строение, возрастные особенности.
10	Понятие силы воли и ее тренировка.
11	Строение мозга человека и его возрастные особенности.
12	Понятие полушарной асимметрии. Учет образовательных особенностей левополушарных и правополушарных обучающихся.
13	Кровеносная система человека и ее возрастные особенности.
14	Возрастная периодизация, ее различные варианты. Возрастная периодизация по ВОЗ.
15	Режим дня студента, его значение для успешной учебы.
16	Темперамент, его виды и особенности.
17	Первая и вторая сигнальные системы. Учение Павлова об условных и безусловных рефлексах. Рефлекторная дуга.
18	Возрастная физиология как наука. Основные методы исследования. Взаимосвязь с другими науками.

Курс 2	
19	Репродуктивная система человека и ее возрастные особенности.
20	Выделительная система человека и ее возрастные особенности.
21	Дыхательная система человека и ее возрастные особенности.
22	Пищеварительная система человека и ее возрастные особенности.
23	Нервная система человека и ее возрастные особенности.
24	Анализаторная система человека и ее возрастные особенности.
25	Опорно-двигательная система человека и ее возрастные особенности.
26	Эндокринная система человека и ее возрастные особенности.
27	Иммунная система человека и ее возрастные особенности.
28	Выделительная система человека и ее возрастные особенности.
29	Нейрогуморальная регуляция жизнедеятельности человека.
30	Физиологические особенности подросткового возраста.
31	Физиологические особенности юношеского возраста.
32	Особенности трудоспособности детей и подростков. Работоспособность юношества.
33	Биоритмы, их научное обоснование, учет биоритмов в индивидуальном развитии.
34	Нормативные показатели состояния организма человека: температура тела, артериальное давление, показатели сахара крови, рост, вес, спирометрия, чистота слизистых и кожных покровов. Значение профессиональных и барьерных медицинских осмотров.
35	Сон как физиологическое состояние. Фазы сна. Значение в жизни человека. Гигиена сна.
36	Наркотические вещества и их воздействие на организм человека. Последствия приема наркотических веществ.
37	Алкоголь и последствия его приема человеком. Влияние алкоголя на беременность и наследственность.
38	Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека: природные, производственные, социальные. Возможности профилактики и защиты от них.

## 5.2.2 Типовые тестовые задания

### 5.2.3 Типовые практико-ориентированные задания (задачи, кейсы)

1. Проведите хронометраж своего дня: выходной день, рабочий день, праздничный день.
2. Проведите самоанализ личной работоспособности в течении недели.
3. Проведите опрос своих близких на тему "Сновидения" и сделайте выводы в соответствии с вашим индивидуальным заданием.
4. Напишите эссе о эмоциях, которые вы испытали при посещении одного из музеев Санкт-Петербурга.
5. Посетите "Санкт-Петербургский центр медицинской гигиены, пропаганды и профилактики" (музей гигиены) и подготовьте отчет по предложенной схеме.
6. Посетите музей "Внутри человека" и дайте письменные рекомендации по возможностям его применения в образовательном процессе средних профессиональных учреждений.

## 5.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, владений (навыков и (или) практического опыта деятельности)

### 5.3.1 Условия допуска обучающегося к промежуточной аттестации и порядок ликвидации академической задолженности

Проведение промежуточной аттестации регламентировано локальным нормативным актом СПбГУПТД «Положение о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся»

### 5.3.2 Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Устная  Письменная  Компьютерное тестирование  Иная

### 5.3.3 Особенности проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Экзамен проходит в виде собеседования по билетам. В каждом билете по два вопроса, вопросы относятся к различным разделам программы. На подготовку и ответ студенту дается 20 минут. Возможно использование изображений и таблиц, связанных со строением организма человека и его функционированием.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1 Учебная литература

Автор	Заглавие	Издательство	Год издания	Ссылка
<b>6.1.1 Основная учебная литература</b>				

Хасанова, Г. Б.	Психофизиология профессиональной деятельности	Казань: Казанский национальный исследовательский технологический университет	2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/79486.html">http://www.iprbookshop.ru/79486.html</a>
Воробьева, Е. В., Кайдановская, И. А.	Психофизиология детей и подростков	Ростов-на-Дону, Таганрог: Издательство Южного федерального университета	2018	<a href="http://www.iprbookshop.ru/87481.html">http://www.iprbookshop.ru/87481.html</a>
Николаева, Е. И.	Психофизиология. Психологическая физиология с основами физиологической психологии	Москва, Саратов: ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа	2019	<a href="http://www.iprbookshop.ru/88212.html">http://www.iprbookshop.ru/88212.html</a>
Бельченко Л. А., Лавриненко В. А.	Физиология человека. Организм как целое	Новосибирск: Сибирское университетское издательство	2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/65293.html">http://www.iprbookshop.ru/65293.html</a>
Солодков А. С., Сологуб Е. Б.	Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная	Москва: Издательство «Спорт»	2018	<a href="http://www.iprbookshop.ru/74306.html">http://www.iprbookshop.ru/74306.html</a>

#### 6.1.2 Дополнительная учебная литература

Васильева Е. А.	Возрастная физиология и психофизиология	СПб.: СПбГУПТД	2015	<a href="http://publish.sutd.ru/tp_ext_inf_publish.php?id=3411">http://publish.sutd.ru/tp_ext_inf_publish.php?id=3411</a>
Разумникова, О. М.	Психофизиология	Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет	2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/91506.html">http://www.iprbookshop.ru/91506.html</a>

Гройсман, А. Л., Иконникова, А. Н.	Анатомия и физиология человека с элементами балетной медицины. Ч.1. Анатомия и физиология	Москва: Когито-Центр	2019	<a href="http://www.iprbookshop.ru/88346.html">http://www.iprbookshop.ru/88346.html</a>
Баскаков М. Б.	Анатомия и физиология человека. Основы морфологии человека и общей патологии клетки	Саратов: Профобразование	2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/66385.html">http://www.iprbookshop.ru/66385.html</a>

#### 6.2 Перечень профессиональных баз данных и информационно-справочных систем

1. Педагогическая библиотека [Электронный ресурс]. URL: <http://www.pedlib.ru/>.
2. Библиотека учебной и научной литературы Русского гуманитарного интернет-университета [Электронный ресурс] URL.: <http://sbiblio.com/biblio/default.aspx?group=0>
3. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»: URL:<http://window.edu.ru>

#### 6.3 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

MicrosoftOfficeProfessional  
Microsoft Windows

#### 6.4 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Аудитория	Оснащение
Лекционная аудитория	Мультимедийное оборудование, специализированная мебель, доска
Учебная аудитория	Специализированная мебель, доска