

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования**
**«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Институт экономики и предпринимательства

(факультет / институт / филиал)

УТВЕРЖДЕНО
решением президиума Ученого совета ННГУ
протокол от
«14» декабря 2021 г. № 4

Рабочая программа дисциплины
«ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

(наименование дисциплины (модуля))

Уровень высшего образования

Бакалавриат

(бакалавриат / магистратура / специалитет)

Направление подготовки / специальность

38.03.03 Управление персоналом

(указывается код и наименование направления подготовки / специальности)

Направленность образовательной программы

Управление человеческими ресурсами

(указывается профиль / магистерская программа / специализация)

Форма обучения

очная / очно-заочная

(очная / очно-заочная / заочная)

Нижний Новгород
2022 год

1. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина Б1.О.21 «Психофизиология профессиональной деятельности» относится к обязательной части ООП направления подготовки 38.03.03 Управление персоналом.

Целью изучения дисциплины является формирование у студентов представлений о психологических и физиологических механизмах профессиональной деятельности и связанных с ней состояний.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции* (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине**	
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни.	<i>Знать основные нормы здорового образа жизни</i> <i>Уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i> <i>Владеть навыками поддержания должного уровня физической подготовленности</i>	<i>Тесты задания реферат контрольные вопросы</i>
	УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной социальной и профессиональной деятельности.	<i>Знать основы здоровьесберегающих технологий</i> <i>Уметь использовать физическую культуру для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной социальной и профессиональной деятельности</i> <i>Владеть основами знаний о внутренних и внешних условиях реализации конкретной социальной и профессиональной</i>	<i>Тесты задания реферат контрольные вопросы</i>

		деятельности	
УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах.	УК-9.1. Владеет дефектологическими знаниями применительно к социальной и профессиональной сферам деятельности.	Знать основы дефектологии применительно к социальной сфере деятельности Уметь применять дефектологические знания применительно к социальной сфере деятельности. Владеть основами приемов дефектологии в социальной сфере деятельности.	Тесты задания реферат контрольные вопросы
	УК-9.2. Использует дефектологические знания применительно к социальной и профессиональной сферам деятельности	Знать основы дефектологии применительно к профессиональной сфере деятельности Уметь применять дефектологические знания применительно к профессиональной сфере деятельности Владеть основами приемов дефектологии в профессиональной сфере деятельности.	Тесты задания реферат контрольные вопросы

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная форма обучения	очно-заочная форма обучения
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ	3 ЗЕТ
Часов по учебному плану	108	108
в том числе		
аудиторные занятия (контактная работа):		
- занятия лекционного типа	32	16
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	16	8
самостоятельная работа	59	83
КСР	1	1
Промежуточная аттестация – экзамен/зачет	зачет	зачет

3.2. Содержание дисциплины

	Всего	в том числе	
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы	Самостоятельная работа

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины	(часы)		из них							
			Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа		Всего			
	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная
Тема 1. Психофизиология профессиональной деятельности как наука и практика	9	10,5	2	1	1	0,5	3	1,5	6	9
Тема 2. Общая психофизиология	12	12	4	2	2	1	6	3	6	9
Тема 3. Психофизиология состояний	14	14	4	2	2	1	6	3	8	11
Тема 4. Психофизиология жизнедеятельности, труда и отдыха	12	12	4	2	2	1	6	3	6	9
Тема 5. Психофизиология стресса и адаптации	12	12	4	2	2	1	6	3	6	9
Тема 6. Работоспособность	9	10,5	2	1	1	0,5	3	1,5	6	9
Тема 7. Психофизиология отбора и профпригодности	13	12	4	2	2	1	6	3	7	9
Тема 8. Психофизиология нормирования труда	13	12	4	2	2	1	6	3	7	9
Тема 9. Психофизиологические основы обеспечения безопасности труда	13	12	4	2	2	1	6	3	7	9
Итого	107	107	32	16	16	8	48	24	59	83

Семинарские занятия организуются, в том числе в форме практической подготовки, которая предусматривает участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Практическая подготовка предусматривает: решение прикладной задачи кейса, деловой игры, решение ситуационных задач, тестов, собеседований по темам.

На проведение семинарских занятий в форме практической подготовки отводится 16/8 часов.

Практическая подготовка направлена на формирование и развитие:

- практических навыков в соответствии с профилем ОП
- компетенций - УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах.

Текущий контроль успеваемости реализуется в рамках занятий семинарского типа.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Виды самостоятельной работы студентов в рамках освоения дисциплины:

- изучение понятийного аппарата и проработка тем дисциплины;
- работа с основной и дополнительной литературой дома и в библиотеке;
- изучение сайтов по темам дисциплины в сети Интернет
- подготовка к собеседованию на практических занятиях;
- подготовка к тестам;
- оформление отчета по соответствующим темам лабораторных работ;
- подготовка к зачету.

Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведены в п. 5.2.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используется электронный курс <https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=4130>, созданный в системе электронного обучения ННГУ - <https://e-learning.unn.ru/>.

4. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю),

включающий:

5.1. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	Шкала оценивания сформированности компетенций						
	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полностью знания вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	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.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных	При решении стандартных задач	Продemonстрированы основные	Продemonстрированы все основные	Продemonстрированы все основные	Продemonстрированы все основные	Продemonстрированы все основные

	умений . Невозмож- ность оценить наличие умений вследстви- е отказа обучающ- егося от ответа	не продемон- стрирован ы основные умения. Имели место грубые ошибки.	умения. Решены типовые задачи с негрубым и ошибками . Выполнен ы все задания но не в полном объеме.	умения. Решены все основные задачи с негрубым и ошибками . Выполнен ы все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетам и.	умения. Решены все основные задачи . Выполнен ы все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами .	умения,ре- шены все основные задачи с отдельны- ми несущест- венным недочета- ми, выполнен ы все задания в полном объеме.	умения,. Решены все основные задачи. Выполнен ы все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутств- ие владения материал- ом. Невозмож- ность оценить наличие навыков вследстви- е отказа обучающ- егося от ответа	При решении стандартн- ых задач не продемон- стрирован ы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимал- ный набор навыков для решения стандартн- ых задач с некоторы- ми недочета- ми	Продемон- стрирован ы базовые навыки при решении стандартн- ых задач с некоторы- ми недочетам и	Продемонс- трированы базовые навыки при решении стандартн- ых задач без ошибок и недочетов.	Продемон- стрирован ы навыки при решении нестандар- тных задач без ошибок и недочетов .	Продемон- стрирован творчески- й подход к решению нестандар- тных задач

Шкала оценки при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
	превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне, выше предусмотренного программой
зачтено	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «очень хорошо»

	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»
	плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения.

5.2.1 Контрольные вопросы

Вопросы	Код формируемой компетенции
<ol style="list-style-type: none"> 1. Функциональные состояния. 2. Профилактика и коррекция неблагоприятных психических состояний. 3. Жизнедеятельность и жизнестойкость. 4. Активность человека: физическая и умственная. 5. Стиль поведения и стиль жизни. 6. Понятие здорового образа жизни. 7. Факторы здорового образа жизни. 8. Значимость здорового образа жизни для человека. 9. Оптимальное рабочее состояние. 10. Уровни адаптации. 11. Адаптация к условиям профессиональной деятельности. 12. Факторы, определяющие особенности, динамику и успешность адаптации. 13. Экстремальные условия труда. 14. Психофизиологические детерминанты адаптации человека к экстремальным условиям деятельности. 15. Способы снятия переутомления и перенапряжения. 16. Система психофизиологического саморегулирования, самовнушение, дыхание, контроль поведенческих реакций. 17. Работоспособность. Психофизиологические компоненты работоспособности. 18. Виды работоспособности. Стадии работоспособности. 19. Способы оценки работоспособности. 20. Физиологическая основа и функциональное значение утомления. 21. Физиологическая основа монотонии. 22. Динамика работоспособности и состояния утомления. 23. Режим труда и отдыха. 24. Требования человека к профессии, трудность рабочей нагрузки. 25. Классы условий труда: оптимальные, допустимые, вредные, опасные. 26. Оценка тяжести физического труда. 27. Методы оценки тяжести и напряженности. 	УК-7

28. Измерение и анализ физиологических и психологических рабочих нагрузок. 29. Оценка тяжести умственного труда. 30. Методы распределения функций. 31. Психофизиологические основы обеспечения безопасности труда. 32. Личный фактор и его роль в аварийной ситуации. 33. Теоретические концепции обеспечения безопасности труда. 34. Анализ причин нарушения безопасности труда.	
1. Психофизиология профессиональной деятельности как наука и практика. 2. История психофизиологии профессиональной деятельности. 3. Психофизиологические системы. 4. Теория функциональных систем П.К. Анохина. 5. Системы психофизиологической регуляции. 6. Психофизиология организации деятельности человека. 7. Психофизиология труда. 8. Психофизиология восприятия. 9. Психофизиология памяти. 10. Психофизиология внимания. 11. Психофизиология эмоций. 12. Психофизиология сознания. 13. Психофизиология поведенческого акта. 14. Группы причин совершения ошибочного действия. Методы психофизиологии профессиональной деятельности. 15. Структура и типология психических состояний. 16. Компоненты психических состояний. 17. Основные классы психических состояний. 18. Психофизиологические процессы в норме и при отклонениях. 19. Психогигиена. 20. Стресс как психическое и физиологическое состояние. 21. Психофизиология адаптации. 22. Общий адаптационный синдром. 23. Теория стресса Г. Селье. 24. Стрессогены. 25. Динамика развития стресса 26. Совладание со стрессом. Копинг-поведение. 27. Детерминанты работоспособности. 28. Психофизиологические предпосылки поддержания работоспособности. 29. Основы профессиографии. 30. Виды профессиограмм. 31. Психограмма как модель индивидуально-психологических качеств профессионала. 32. Технология и методы составления профессиограмм профпригодности. 33. Психофизиология профессионального отбора и определения профпригодности. 34. Отборочные процедуры, использующиеся при проведении оценки профессиональной пригодности.	УК-9

5.2.2. Типовые тестовые задания для оценки сформированности компетенции УК-7

1. К методам саморегуляции не относится:

- а) аутотренинг,
- б) нервно-мышечная релаксация,
- в) прокрастинация,

- г) идеомоторная тренировка
- 2. На протяжении рабочего дня наиболее высокий уровень работоспособности наблюдается:
 - а) с 12 до 16 ч
 - б) 10 до 12 и с 16 до 18
 - в) 20 до 24 ч
 - г) 5 до 8 ч и с 13 до 16 ч
- 3. Что необходимо знать оказывающему первую помощь?
 - а) Признаки (симптомы) нарушений жизненно важных систем организма
 - б) Общие принципы, методы, приемы оказания первой помощи применительно к особенностям конкретного человека в зависимости от ситуации
 - в) Основные способы транспортировки пострадавших
 - г) Для правильного оказания первой помощи пострадавшему необходимо знать все перечисленное
- 4. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:
 - а) двигательный режим;
 - б) рациональное питание;
 - в) личная и общественная гигиена;
 - г) закаливание организма.

5.2.3. Типовые тестовые задания для оценки сформированности компетенции УК-9

- 1. Выявить участки мозга с активно работающими нейронными клетками позволяет метод:
 - а) магнитоэнцефалография;
 - б) электроэнцефалография;
 - в) магнито-резонансной томографии;
 - г) позитронно-эмиссионной томографии
- 2. Сосредоточенность деятельности субъекта в данный момент времени на каком-либо реальном или идеальном объекте (предмете, событии, образе, рассуждении) – это:
 - а) внимание;
 - б) концентрация внимания;
 - в) внимательность
- 3. Межполушарная асимметрия мозга – это
 - а) не равноценность, качественное различие того вклада, которое делает левое и правое полушарие мозга в каждую психическую функцию;
 - б) качественная характеристика ощущений;
 - в) доминирование правой руки как мощного средства адаптивного поведения человека;
 - г) ассиметричная локализация нервного аппарата второй сигнальной системы;
- 4. Контролируемый и осознаваемый процесс, обладающий пропускной способностью, обеспечивающий последовательную обработку информации:
 - а) произвольное внимание;
 - б) непроизвольное внимание;
 - в) постпроизвольное внимание;
 - г) предвнимание.
- 5. Стрессор это:
 - а) стимул, вызывающий стрессовую реакцию;
 - б) реакция, различных мозговых структур на раздражение;
 - в) защитных механизмов организма;
 - г) соотношение отделов вегетативной нервной системы;
- 6. В каком случае грузчик может переносить груз массой одного места до 80 кг?
 - а) Переносить груз массой более 50 кг одному грузчику запрещается
 - б) Если расстояние по горизонтали не превышает 25 метров
 - в) Если расстояние по горизонтали не превышает 100 метров
 - г) Если при этом соблюдаются все необходимые требования безопасности

7. Какой показатель из перечисленных не относится к показателям, характеризующим микроклимат в производственных помещениях?

- а) Температура воздуха
- б) Абсолютная влажность воздуха
- в) Скорость движения воздуха
- г) Интенсивность теплового облучения

5.2.4 Типовые задания/задачи для оценки сформированности компетенции УК-7

1. Проведите оценку физического состояния организма у студентов своей группы, сделайте выводы
2. Проведите оценку внимания у студентов своей группы, сделайте выводы

5.2.5 Типовые задания/задачи для оценки сформированности компетенции УК-9

1. Проведите оценку эмоционального состояния у студентов своей группы, сделайте выводы
2. Проведите оценку памяти у студентов своей группы, сделайте выводы

5.2.6 Темы рефератов

1. Психофизиологические механизмы деятельности.
2. Психофизиологические факторы профессионального и личностного самоопределения.
3. Профессионализм и психофизиологическая индивидуальность.
4. Психология и психофизиология здоровья в профессиональной деятельности.
5. Психофизиологические характеристики труда.
6. Психофизиология в профессиональном отборе.
7. Профессиональное самоопределение и актуализация человека в профессии
8. Единство психического и физиологического в трудовой деятельности.
9. Психология и психофизиология утомления
10. Факторы работоспособности
11. Психические состояния в профессиональной деятельности
12. Психофизиологические обоснования организации рабочего времени и сменности
13. Принципы проведения психофизиологических исследований на предприятиях.
14. Анализ физиологических и психологических рабочих нагрузок.
15. Функциональные состояния человека.
16. Влияние эмоции на деятельность человека.
17. Когнитивные процессы в профессиональной деятельности.
18. Принципы профессиографии
19. Стресс и адаптация на предприятиях.
20. Совладание со стрессом.
21. Взаимосвязь здорового образа жизни и профессиональной деятельности.
22. Психофизиологические аспекты безопасности труда.
23. Саморегуляция профессиональной деятельности.
24. Психофизиологический анализ трудовых операций.
25. Оптимизация режимов труда и отдыха.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Психофизиология профессиональной деятельности: умственный труд : учеб. пособие / Е.В. Сухова. — М. : ИНФРА-М, 2017. — 155 с. — Режим доступа:

<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=752438>

2. Психофизиология: Учебное пособие/С.Г.Кривошеков, Р.И.Айзман - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 249 с. — Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=451796>

3. Организация и нормирование труда: Учебник для вузов / М.И. Бухалков. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: ИНФРА-М, 2009. - 424 с. — Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=178373>

4. Одинцова, М. А. Психология стресса / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 299 с. — Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/book/27BDBC7D-E4AF-4A57-AD49-1D402701891E>

б) дополнительная литература:

1. Соколова, Л. В. Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении / Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 186 с. — Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/book/D60715D5-B885-4E2B-8B08-4066B7EE540A>

2. Черенкова, Л. В. Психофизиология в схемах и комментариях / Л. В. Черенкова, Е. И. Краснощекова, Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 236 с. — Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/book/4DCD835C-3010-4278-B2AB-544345248BEB>

3. Организация и нормирование труда: Учебное пособие / В.Б. Бычин, Е.В. Шубенкова, С.В. Малинин. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 248 с. — Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=395971>

4. Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 162 с. — Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=752438>

5. Психофизиология: Учебное пособие / Ю.Н. Самко. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 154 с. — Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=418981>

6. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 303 с. — Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/book/5E7A29AC-88FC-47C0-B76D-34FF52261C2D>

7. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда / О. М. Родионова, Д. А. Семенов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 441 с. — Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/book/E60F5E03-4A3F-4E5D-8D57-C0DBACE934D5>

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины)

Для работы с текстами – Microsoft Word, для подготовки презентаций – Microsoft PowerPoint, для поиска информации – интернет-браузер.

Интернет-ресурсы:

<https://rosmintrud.ru> - Министерство труда и социальной защиты;

<http://psyphysjorn.ru/> - Международный журнал «Вестник психофизиологии».

<http://oxrtrud.ru/> - АНО ДПО Комплексный экспертный центр охраны труда;

<https://www.trudohrana.ru/> - Информационный портал для руководителей и специалистов по охране труда;

<http://dvkuot.ru/> - Клуб инженеров по охране труда;

<https://cbnt.ru/> - Центральное бюро нормативов по труду.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: стационарным или переносным мультимедийным комплексом.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО ННГУ 38.03.03 Управление персоналом.

Автор Копылова С.В.

Рецензент _____

Заведующий кафедрой _____