АННОТАЦИЯ

дисциплины «ФТД.В.01 Саморегуляция функциональных состояний личности»
Направление подготовки «37.04.01 Психология (магистратура)»
Форма обучения - заочная

Объём трудоёмкости: 2 зачётные единицы (72 часа, из них – 16 часов аудиторной нагрузки: лекционных 6 часов, практических 10 часов; 0,2 часа ИКР; 52 часа СРС – самостоятельной работы, 3,8 ч. контроль).

Цель дисциплины: познакомить студентов с основными положениями психофизиологии функциональных состояний человека, обучить навыкам организации системы управления ресурсами личности с учетом требований психофизиологии.

Задачи дисциплины:

– изучение психофизиологических, психологических и социально-психологических свойств человека, которые проявляются в конкретной деятельности, оказывают влияние на эффективность и качество этой деятельности, определяют надежность и работоспособность человека, его психическое состояние, удовлетворенность трудом и психофизиологические ресурсы, особенности поведения в коллективе, а также изучение влияния негативных производственных факторов на работоспособность человека и другие проблемы психофизиологии функциональных состояний человека;

– формирование навыка выявления индивидуальных психофизиологических особенностей личности, важных для выполнения той или иной конкретной деятельности с учетом выявленных особенностей; оптимизации режимов труда и отдыха с учетом требований психофизиологии.

– изучение способов профилактики неблагоприятных психофизиологических состоянии личности; предупреждения и профилактики личной профессиональной деформации и эмоционального выгорания; повышения работоспособности.

Место дисциплины в структуре ООП ВО

Дисциплина «ФТД.В.01 Саморегуляция функциональных состояний личности» относится к факультативной части учебного плана ООП.

Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения учебной дисциплины формируются в процессе изучения учебных дисциплин «Психология», «Социальная психология», «Концепции современного естествознания», «Психофизиология».

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение дисциплины «ФТД.В.01 Саморегуляция функциональных состояний личности» направлено на формирование у студентов следующих компетенций: ПК-3.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	**уметь**	**владеть**

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	**уметь**	**владеть**
1.	ПК -3	способность анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе	– основные понятия психофизиологии деятельности для решения конкретных прикладных задач; основные теоретические подходы и психодиагностические методы, используемые в психофизиологии деятельности; – основные идеи и направления исследований психофизиологии деятельности; – основные способы оптимизации режимов труда и отдыха с учетом требований психофизиологии. основы предупреждения и профилактики личной профессиональной деформации и профессиональ-ного выгорания	– проводить психодиагностику индивидуально-типологических особенностей и психофизиологических свойств субъекта деятельности и т.д. – проводить профилактику негативного воздействия неблагоприятных факторов; – организовывать оптимальный режим труда и отдыха; – осуществлять мероприятия по оптимизации режимов труда и отдыха с учетом требований психофизиологии способствовать оптимизации состояний работоспособности субъектов труда; – прогнозировать изменения мотивации связанные с функциональными состояниями сотрудников, стимулировать работоспособность.	– основными психодиагностическими методами исследования психофизиологических свойств и индивидуально-типологических особенностей личности; психических и физических ресурсов субъекта деятельности; – методами выявления и осознания своих возможностей и ограничений, для создания более адекватных своим психофизиологическим особенностям индивидуального стиля деятельности, – навыками анализа своих психофизиологических свойств и индивидуально-типологических особенностей и умению применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции собственной деятельности и психического состояния;

Основные разделы дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов					
		Всего	Аудиторная работа				Самостоятельная работа
			Л	ПЗ	ЛР		СРС
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Предмет, методы и задачи психофизиологии деятельности.		2				8
2.	Психофизиологические основы поведения человека.		2				8
3.	Темперамент как природная основа поведения человека			2			8
4.	Психофизиологические индивидуальные различия в познавательных процессах и умственной деятельности.			2			8
5.	Психофизиология работоспособности и функциональных состояний.			2			10
6.	Действие внешней среды и негативных факторов на организм человека.		2	4			10
	Итого по дисциплине:		6	10			52

Курсовые работы: *не предусмотрены*

Форма проведения аттестации по дисциплине: *зачет*

Основная литература:

1. Заварзина О.О. Психофизиология профессиональной деятельности: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / О.О. Заварзина, Р.В. Козьяков, Н.Р. Коро и др. – М. : Директ-Медиа, 2015. – 546 с. [Электронный ресурс]. – http://biblioclub.ru/.
2. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для академического бакалавриата / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. –М. : Издательство Юрайт, 2016. – 396 с.

Автор РПД доцент кафедры психологии личности и общей психологии, канд. психол. наук, Удачина П.Ю.