

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Педагогический институт  
Кафедра общей и клинической психологии

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор института



Т. И. Гущина  
«20» января 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине Б1.В.ДВ.5.2 Физиология труда

Направление подготовки/специальность: 37.03.01 - Психология

Профиль/направленность/специализация: Психология

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2019

Тамбов, 2021

**Автор программы:**

Кандидат биологических наук, доцент Сорокина Лидия Владимировна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 - Психология (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «07» августа 2014 г. № 946).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры общей и клинической психологии «16» декабря 2020 г. Протокол № 4

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Педагогического института, Протокол от «20» января 2021 г. № 3.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....	7
3. Объем и содержание дисциплины.....	7
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	11
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	14
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	16
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	16

## 1. Цели и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

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

ПК-3 Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий

### 1.2 Виды и задачи профессиональной деятельности по дисциплине:

- научно-исследовательская
- практическая

### 1.3 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы следующие компетенции:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Знания и умения, необходимые для формирования трудового действия / 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	Знает и понимает: категориальный аппарат, методологические принципы, основные направления, проблемы и феноменологию психологии семьи, используемые в ней методы, области практического применения знаний психологии семьи; базовые диагностические, консультативные, психокоррекционные технологии, позволяющие решать типовые задачи в области семейного консультирования; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества с этой целью.
		Умеет (способен продемонстрировать): анализировать различные методы и приемы практической работы психолога с позиций их преимуществ и ограничений в конкретной сфере семейной психологии; применять знания о психологических технологиях, позволяющих решать типовые задачи в области семейной практики.
		Владеет: основными приемами диагностики, психологического консультирования, профилактики, экспертизы, психотерапии и психокоррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов и личностных особенностей в рамках семейной психологии; методами и технологиями психологической работы с семьей.
	ПК-3 Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	Знает и понимает: стандартные базовые процедуры оказания психологической помощи семье и ее членам, психологические основы семейной конфликтологии, методологические и методические основы составления профилактических и психокоррекционных программ в работе с семейными проблемами.
		Умеет (способен продемонстрировать):

	традиционных методов и технологий	объяснять с позиций психологических теорий и концепций психологические причины и механизмы возникновения и развития различных семейных проблем; подбирать на основе анализа и применять стандартные базовые процедуры оказания психологической помощи семье и ее членам адекватно целям профессиональной деятельности психолога.
		Владеет: навыками составления профилактических и психокоррекционных программ; традиционными методами и технологиями изучения, психокоррекции, психологического сопровождения и оказания психологической помощи при решении типичных задач профессиональной деятельности психолога в

#### 1.4 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

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

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения						
		Очно-заочная (семестр)						
		3	4	5	6	7	8	9
1	Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Гендерная психология"				+			
2	Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Психология профессионального здоровья"					+	+	
3	Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Психология экстремальных ситуаций и кризисных состояний"					+		
4	Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Физиология труда"					+		
5	Акмеологические ресурсы личности					+		
6	Гендерная психология				+			

7	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности		+		+			+
8	Психология аномального онтогенеза		+					
9	Психология конфликта					+		
10	Психология профессионального здоровья личности					+	+	
11	Психология семьи						+	
12	Психология труда			+				
13	Психология экстремальных ситуаций и кризисных состояний					+		
14	Психотехнологии					+		
15	Социальная психология	+						
16	Специальная психология и коррекционно-развивающее обучение					+	+	
17	Теория и практика психологического тренинга				+			

ПК-3 Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения				
		Очно-заочная (семестр)				
		3	5	7	8	9
1	Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Физиология труда"			+		
2	Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Этнопсихология"				+	
3	Организационная психология	+				
4	Преддипломная практика					+
5	Психологическое консультирование				+	

6	Психология конфликта			+		
7	Психология семьи				+	
8	Психология стресса и стрессоустойчивого поведения		+			
9	Психотехнологии			+		
10	Этнопсихология				+	

## 2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Физиология труда» относится к вариативной части учебного плана ОП по направлению подготовки 37.03.01 - Психология.

Дисциплина «Физиология труда» изучается в 7 семестре.

## 3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины: 2 з.е.

Очно-заочная: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очно-заочная (всего часов)
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>72</b>
Контактная работа	20
Лекции (Лекции)	10
Практические (Практ. раб.)	10
Самостоятельная работа (СР)	52
Зачет	-

## 3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.			Формы текущего контроля
		Лек ции	Пр акт	СР	
		О-3	О-3	О-3	
7 семестр					
1	Предмет и методы физиологии труда. Общие закономерно-сти регуляции систем	1	1	8	Опрос
2	Энергетические аспекты трудовой деятельности.	2	2	9	Опрос
3	Физиология двигательной системы.	1	1	9	Опрос; Тестирование

4	Работоспособность человека и факторы ееопределяющие. Утомление.	2	2	8	Опрос
5	Вопросы физиологии операторского труда и интеллектуального труда.	2	2	9	Опрос
6	Вопросы физиологии физического труда.	2	2	9	Опрос; Тестирование

## **Тема 1. Предмет и методы физиологии труда. Общие закономерности регуляции систем организма. (ПК-1)**

### **Лекция.**

Проблемы физиологии труда. Характеристика трудовой деятельности. Общие требования к методам оценки функционального состояния. Методы исследования систем организма (двигательная система, сердечно-сосудистая система, дыхательная система, сенсорные системы). Психофизиологические методы. Этапы развития адаптационных реакций. Основные системы регуляции в организме. Уровни регуляции физиологических функций. Регуляция отдельных функций при трудовой деятельности (дыхательная функция, сердечно-сосудистая функция, водный и минеральный обмен, терморегуляция).

### **Практическое занятие.**

1. Проблемы физиологии труда.
2. Характеристика трудовой деятельности.
3. Общие требования к методам оценки функционального состояния.
4. Методы исследования систем организма(двигательная система, сердечно-сосудистая система, дыхательная система, сенсорные системы).
5. Психофизиологические методы.
6. Этапы развития адаптационных реакций.
- 7.
8. Уровни регуляции физиологических функций.
9. Регуляция отдельных функций при трудовой деятельности.

### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Самостоятельное изучение основной и дополнительной литературы.
2. Подготовка к практическому занятию
3. Составление схемы организации регуляции отдельной функции в организме (по выбору студента).
4. Написание глоссария

## **Тема 2. Энергетические аспекты трудовой деятельности. (ПК-1)**

### **Лекция.**

Источники энергии в организме. Потребление кислорода в динамике работы(обмен веществ и энергии).

### **Практическое занятие.**

1. Понятие об обмене веществ в организме человека. Источники энергии в организме.
2. Основные понятия и определения физиологии обмена веществ и энергии.
3. Методы изучения энергетического обмена у человека.
4. Понятие о рациональном питании. Правила составления пищевых рационов.



5. Особенности питания при различных видах труда
6. Режим сна и отдыха, его значение для трудовой деятельности
7. Дыхание, динамика потребления кислорода
8. Факторы, влияющие на энергетический обмен в организме.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Самостоятельное изучение основной и дополнительной литературы.
2. Подготовка к практическому занятию
3. Составление блок-схемы отражающей цикличность восполнения энергоресурсов в организме.
4. Написание глоссария

### **Тема 3. Физиология двигательной системы. (ПК-3)**

#### **Лекция.**

Морфо-функциональные особенности поперечно-полосатых мышечных волокон. Теплообразование при мышечном сокращении. Двигательные единицы и сегментарный уровень управления мышечным сокращением (типы двигательных единиц, мотонейронный пул и регуляция сокращения мышцы, спинальный уровень регуляции движений). Надсегментарный уровень управления движением (экстрапирамидная система и пирамидная система). Двигательное поведение как основная форма жизнедеятельности человека. Понятие двигательные навыки, двигательная тренировка, двигательное обучение и принцип редукции. Теории двигательного обучения: Ассоциативная теория (классические и инструментальные рефлексы), Теория инсайта как механизма двигательного обучения (теория поля), Теория функциональных систем П.К. Анохина. Физиология активности в двигательном обучении в теории Н.А. Бернштейна. Соотношение произвольной и непроизвольной регуляции движений.

#### **Практическое занятие.**

Практическое занятие

1. Предпосылки возникновения учения Н.А. Бернштейна о рефлекторном кольце и принципа сенсорных коррекций.
2. Схема работы рефлекторного кольца (раскрыть значимость обратной связи и привести примеры).
3. Регуляция движения. Мотонейрон. Рецептор растяжения. Сокращение мышечного волокна. Пирамидная и экстрапирамидная системы двигательных путей.
4. Уровневая теория построения движений. Основные положения и принципы. Описать работу каждого уровня.
5. Формирование навыка: периоды и этапы.
6. Выполнение практических заданий по теме занятия

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Задания для самостоятельной работы

1. Самостоятельное изучение основной и дополнительной литературы.
2. Подготовка к практическому занятию
3. Составление блок-схемы организации двигательной активности в организме.
4. Написание глоссария

### **Тема 4. Работоспособность человека и факторы ее определяющие. Утомление. (ПК-1)**

#### **Лекция.**

Внутренние, психофизиологические факторы (циклические колебания в системах организма, профессиональные навыки, мотивы деятельности и работоспособность). Внешние факторы (температурный режим, световой режим, влияние шума на работоспособность). Организация рабочего места. Динамика работоспособности в течение рабочей смены.

Развитие взглядов на природу утомления. Понятие «функциональное состояние». Разновидности утомления. Общие механизмы утомления. Принципы диагностики утомления (оценка эффективности деятельности, оценка состояния физиологических систем, психо-физиологическая диагностика утомления, субъективная оценка утомления).

#### **Практическое занятие.**

1. Внутренние, психофизиологические факторы (циклические колебания в системах организма, профессиональные навыки, мотивы деятельности и работоспособность).
2. Внешние факторы (температурный режим, световой режим, влияние шума на работоспособность).
3. Организация рабочего места.
4. Динамика работоспособности в течение рабочей смены.
5. Развитие взглядов на природу утомления.
6. Понятие «функциональное состояние».
7. Разновидности утомления. Общие механизмы утомления.
8. Принципы диагностики утомления (оценка эффективности деятельности, оценка состояния физиологических систем, психо-физиологическая диагностика утомления, субъективная оценка утомления).
9. Взаимосвязь утомления и развития профессионального стресса.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Самостоятельное изучение основной и дополнительной литературы.
2. Подготовка к практическому занятию
3. Проанализировать причины снижения работоспособности в процессе труда.
4. Написание глоссария
5. Углубленное изучение темы.

### **Тема 5. Вопросы физиологии операторского труда и интеллектуального труда. (ПК-3)**

#### **Лекция.**

Классификация систем человек-машина. Этапы деятельности человека-оператора. Типы операторских профессий. Изменения в системах организма в процессе операторской деятельности (гуморальная система, сердечно-сосудистая система, сенсорные системы, двигательная система). Изменения в системах организма в процессе интеллектуальной деятельности.

#### **Практическое занятие.**

1. Классификация систем человек-машина.
2. Этапы деятельности человека-оператора.
3. Типы операторских профессий.
4. Изменения в системах организма в процессе операторской деятельности (гуморальная система, сердечно-сосудистая система, сенсорные системы, двигательная система).
5. Классификация видов интеллектуальной деятельности.
6. Типы интеллектуальных профессий.
7. Изменения в системах организма в процессе интеллектуальной деятельности (гуморальная система, сердечно-сосудистая система, сенсорные системы, двигательная система).
8. Причины стрессов у работников умственного труда.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Самостоятельное изучение основной и дополнительной литературы.
2. Подготовка к практическому занятию
3. Проанализировать причин развития стресса в деятельности практического психолога.
4. Написание глоссария

### **Тема 6. Вопросы физиологии физического труда. (ПК-3)**

#### **Лекция.**

Методы оценки физической работоспособности. Монотонность работы. Изменения в системах организма в процессе физического труда.

### **Практическое занятие.**

1. Методы оценки физической работоспособности.
2. Монотонность работы.
3. Изменения в системах организма в процессе физического труда.

### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Самостоятельное изучение основной и дополнительной литературы.
2. Подготовка к практическому занятию
3. Написание глоссария

## **4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства**

### **4.1. Распределение баллов:**

Балльно-рейтинговые мероприятия не предусмотрены

### **4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля**

### **Опрос**

организма.

1. Проблемы физиологии труда.
2. Характеристика трудовой деятельности.
3. Общие требования к методам оценки функционального состояния.
4. Методы исследования систем организма(двигательная система, сердечно-сосудистая система, дыхательная система, сенсорные системы).
5. Психофизиологические методы.

### **Тема 2. Энергетические аспекты трудовой деятельности.**

1. Понятие об обмене веществ в организме человека. Источники энергии в организме.
2. Основные понятия и определения физиологии обмена веществ и энергии.
3. Методы изучения энергетического обмена у человека.
4. Понятие о рациональном питании. Правила составления пищевых рационов.
5. Особенности питания при различных видах труда
6. Режим сна и отдыха, его значение для трудовой деятельности
7. Дыхание, динамика потребления кислорода во время работы.
8. Факторы, влияющие на энергетический обмен в организме.

### **Тема 3. Физиология двигательной системы.**

1. Предпосылки возникновения учения Н.А. Бернштейна о рефлексном кольце и принципа сенсорных коррекций.
2. Схема работы рефлексного кольца (раскрыть значимость обратной связи и привести примеры).
3. Регуляция движения. Мотонейрон. Рецептор растяжения. Сокращение мышечного волокна. Пирамидная и экстрапирамидная системы двигательных путей.
4. Уровневая теория построения движений. Основные положения и принципы. Описать работу каждого уровня.
5. Формирование навыка: периоды и этапы.
6. Выполнение практических заданий по теме занятия

### **Тема 4. Работоспособность человека и факторы ееопределяющие. Утомление.**

1. Внутренние, психофизиологические факторы(циклические колебания в системах организма, профессиональные навыки, мотивы деятельности и работоспособность).
2. Внешние факторы (температурный режим, световой режим, влияние шума на работоспособность).
3. Организация рабочего места.
4. Динамика работоспособности в течение рабочей смены.
5. Развитие взглядов на природу утомления.
6. Понятие «функциональное состояние».
7. Разновидности утомления. Общие механизмы утомления.
8. Принципы диагностики утомления (оценка эффективности деятельности, оценка состояния физиологических систем, психо-физиологическая диагностика утомления, субъективная оценка утомления).
9. Взаимосвязь утомления и развития профессионального стресса.

#### Тема 5. Вопросы физиологии операторского труда и интеллектуального труда.

1. Классификация систем человек-машина.
2. Этапы деятельности человека-оператора.
3. Типы операторских профессий.
4. Изменения в системах организма в процессе операторской деятельности (гуморальная система, сердечно-сосудистая система, сенсорные системы, двигательная система).
5. Классификация видов интеллектуальной деятельности.
6. Типы интеллектуальных профессий.
7. Изменения в системах организма в процессе интеллектуальной деятельности (гуморальная система, сердечно-сосудистая система, сенсорные системы, двигательная система).
8. Причины стрессов у работников умственного труда.

#### Тема 6. Вопросы физиологии физического труда.

1. Методы оценки физической работоспособности.
2. Монотонность работы.
3. Изменения в системах организма в процессе физического труда.

### Тестирование

#### Тема 3. Физиология двигательной системы.

Примеры вопросов тестирования: 1. Высшим уровнем анализатора является следующая зона коры:

- а) проекционная;
- б) ассоциативная;
- в) премоторная.

2. Четкая топическая организация отмечается в следующих зонах коры:

- а) первичных;
- б) вторичных;
- в) третичных.

3. Выделение признаков раздражителей в пределах модальной специфичности характерно для:

- а) первичных зон коры;
- б) вторичных зон коры;
- в) третичных зон коры.

4. К специфической активирующей системе мозга относится:

- а) ретикулярная формация;
- б) лимбическая система;

в) ствол мозга.

#### Тема 6. Вопросы физиологии физического труда.

Примеры вопросов теста:

1. Высшим уровнем анализатора является следующая зона коры:
  - а) проекционная;
  - б) ассоциативная;
  - в) премоторная.
2. Четкая топическая организация отмечается в следующих зонах коры:
  - а) первичных;
  - б) вторичных;
  - в) третичных.
3. Выделение признаков раздражителей в пределах модальной специфичности характерно для:
  - а) первичных зон коры;
  - б) вторичных зон коры;
  - в) третичных зон коры.
4. К специфической активирующей системе мозга относится:
  - а) ретикулярная формация;
  - б) лимбическая система;
  - в) ствол мозга.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

#### Типовые вопросы зачета (ПК-1, ПК-3)

1. Предмет и методы физиологии труда. Характеристика трудовой деятельности.
2. Методы исследования систем организма.
3. Этапы развития адаптационных реакций.
4. Основные системы регуляции в организме.
5. Уровни регуляции физиологических функций.
6. Регуляция отдельных функций при трудовой деятельности.

#### Типовые задания для зачета (ПК-1, ПК-3)

Описать особенности физиологии интеллектуального труда.

Описать особенности физиологии операторского труда.

Сравнить особенности физиологии труда представителей разных профессий.

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
--------	-------------	--

«зачтено»	ПК-1	Достаточно свободно ориентируется в основных направлениях, проблемах и феноменологии психологии семьи. Демонстрируется достаточное знание и понимание различных методов и приемов практической работы психолога в сфере семейной психологии. Может ориентироваться в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), анализирует и обобщает базовые диагностические, консультативные, психокоррекционные технологии, позволяющие решать типовые задачи в области семейного консультирования. Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений.
	ПК-3	Достаточно свободно ориентируется в стандартных базовых процедурах оказания психологической помощи семье и ее членам. Демонстрируется достаточное знание и понимание с позиций психологических теорий и концепций психологических причин и механизмов возникновения и развития различных семейных проблем. Может ориентироваться в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), анализирует и обобщает методологические и методические основы составления профилактических и психокоррекционных программ в работе с семейными проблемами. Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений.
«не зачтено»	ПК-1	Не ориентируется в направлениях исследований основных направлениях, проблемах и феноменологии психологии семьи. Не может продемонстрировать знание и понимание различных методов и приемов практической работы психолога в сфере семейной психологии. Не ориентируется в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), не может анализировать и обобщать базовые диагностические, консультативные, психокоррекционные технологии, позволяющие решать типовые задачи в области семейного консультирования. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.
	ПК-3	Не ориентируется в направлениях исследований стандартных базовых процедурах оказания психологической помощи семье и ее членам. Не может продемонстрировать знание и понимание с позиций психологических теорий и концепций психологических причин и механизмов возникновения и развития различных семейных проблем. Не ориентируется в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), не может анализировать и обобщать методологические и методические основы составления профилактических и психокоррекционных программ в работе с семейными проблемами. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.

## 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

### 5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных дисциплины.

## 5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

## 5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

## 5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 Основная литература:**

1. Золотухина А.Ю. Физиология труда и профориентация. - Тамбов: [Изд-во ТГУ], 2009 электрон. опт. диск (CD).  
"Физиология человека и животных" и "Физиология труда" для студ., обуч. по спец. "Биология". Тамбов: Изд-во ТГУ, 2003. - 66 с.

3. Рябова М.Г., Черняновская Т.В. Физиология труда : учеб. пособ.. - Тамбов: [Издат. дом ТГУ им. Г.Р. Державина], 2011. - 58 с.

### **6.2 Иные источники:**

1. Журнал Вопросы психологии - <http://www.voppsy.ru/>
2. Журнал «Мир психологии» - [http://www.mpsu.ru/mag\\_mir\\_psychologii\\_content](http://www.mpsu.ru/mag_mir_psychologii_content)
3. Каталог образовательных интернет-ресурсов - [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=6](http://www.edu.ru/index.php?page_id=6)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы**



Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное программное обеспечение:

7-Zip 9.20

Adobe Flash Player 28 ActiveX Adobe Systems Incorporated 17.05.2018 28.0.0.126

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

Microsoft Windows 10

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. IPR BOOKS: электронно-библиотечная система. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>

2. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. – URL: <https://www.prilib.ru>

3. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>

4. Электронная библиотека ТГУ. – URL: <https://elibrary.tsutmb.ru/>

5. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ. – URL: <http://biblio.tsutmb.ru/elektronnyij-katalog>

### **Электронная информационно-образовательная среда**

[https://auth.tsutmb.ru/authorize?response\\_type=code&client\\_id=moodle&state=xyz](https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz)

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.