



Національний університет  
водного господарства  
та природокористування

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет водного господарства та природокористування  
Навчально-науковий інститут охорони здоров'я  
Кафедра теорії та методики фізичного виховання

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Проректор з науково-педагогічної,  
методичної та виховної роботи  
\_\_\_\_\_ О. А. Лагоднюк

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2018 р.

**08-01-19**



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Program of the Discipline**

**Психофізіологія рухової активності**

**PSYCHOPHYSIOLOGY OF MOTOR ACTIVITY**

спеціальність  
specialty

227 Фізична терапія, ерготерапія  
227 PHYSICAL THERAPY,  
ERGOTHERAPY

галузь знань  
branch of knowledge

22 Охорона здоров'я  
22 Health care



Робоча програма навчальної дисципліни «Психофізіологія рухової активності» для здобувачів II (магістерського) рівня освіти, які навчаються за спеціальністю 227 Фізична терапія, ерготерапія. Рівне: НУВГП, 2018. – 11 с.

Розробник: Небова Наталія Анатоліївна – старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Протокол від «27» серпня 2018 року № 1

В.о.завідувача кафедри \_\_\_\_\_ М.І. Євтух

(підпис)

(ініціали та прізвище)

Схвалено науково-методичною комісією за спеціальністю 227 Фізична терапія, ерготерапія.

Протокол від «06» вересня 2018 року № 7

Голова науково-методичної комісії \_\_\_\_\_ І. М. Григус

(підпис)

(ініціали та прізвище)



## ВСТУП

Програма обов'язкової навчальної дисципліни «Психофізіологія рухової активності» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія».

Предметом вивчення навчальної дисципліни є психофізіологічні механізми життєдіяльності, поведінки, розвитку, навчання та праці людини.

Міждисциплінарні зв'язки: дисципліна «Психофізіологія рухової активності» є складовою частиною циклу дисциплін професійної та практичної підготовки для студентів за спеціальністю «Фізична терапія, ерготерапія». Вивчення курсу передбачає наявність систематичних та ґрунтовних знань із суміжних курсів – анатомія людини, фізіологія людини, основи медичних знань, загальна патологія, профілактика захворювань. Цілеспрямованої роботи над вивченням спеціальної літератури, активної роботи на лекціях, практичних заняттях, самостійної роботи та виконання поставлених задач.

Вимоги до знань та умінь визначаються галузевими стандартами вищої освіти України.

## Анотація

Метою викладання навчальної дисципліни «Психофізіологія рухової активності» є ознайомити студентів з відповідними сучасному рівню розвитку науки уявленнями про фізіологічні механізми, кореляти і закономірності психічної діяльності та поведінки людини та сформулювати у них уміння використовувати ці знання при аналізі психологічних даних.

Навчальну програму дисципліни «Психофізіологія рухової активності» розроблено відповідно до структури та змісту навчальних посібників, які рекомендовано для студентів вищих навчальних закладів.

**Ключові слова:** рухова активність, рух, локомоція, маніпулятивні рухи, методи дослідження, пам'ять, емоції.

## Abstract

The purpose of teaching the discipline «Psychophysiology of motor activity» is to acquaint students with the contemporary level of development of science with representations about physiological mechanisms, correlations and patterns of mental activity and human behavior and to formulate their ability to use this knowledge in the analysis of psychological data.

The curriculum of the discipline «Psychophysiology of motor activity» is developed in accordance with the structure and content of the initial manuals, which are recommended for students of higher educational institutions.

**Key words:** motor activity, movement, locomotion, manipulative movements, research methods, memory, emotions.



## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3,0	Галузь знань <b>22 Охорона здоров'я</b> (шифр і назва)	Загальна (ЗП 5)	
	Спеціальність <b>227 Фізична терапія, ерготерапія</b>		
Модулів – 1		<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 1		2-й	2-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання (курсова робота)		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин : Денна: 90 год.; Заочна: 90 год.		3-й	3-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 2	Рівень вищої освіти: <b>Магістр</b>	16 год.	2 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		20 год.	10 год.
		<b>Лабораторні</b>	
		год.	год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		30 год.	54 год.
		<b>Індивідуальні завдання: Курсова робота - 24 год.</b>	
Форма контролю: <b>курсова робота, іспит</b>			

### Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 40 %

для заочної форми навчання – 12 %



## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета** викладання дисципліни полягає у оволодінні студентами сучасними і перспективними напрямками психофізіологічних розробок і досліджень з питань сучасної психофізіології, зокрема оцінки, прогнозу і управління станами людини, психофізіологічних основ пізнавальних психічних процесів, психомоторної і сенсорної організації людини, форм і методів реабілітації; висвітлення основних теоретичних та практичних аспектів психофізіології.

**Завдання** вивчення дисципліни полягає у розвитку у студентів самостійності у пізнанні психофізіологічних явищ і властивостей нервової системи у ході цілеспрямованої діяльності, поведінці та спілкуванні;

засвоєння особливостей використання основних методів психофізіологічної діагностики для подальшої навчальної та професійної діяльності;

формування первинних навичок та вмій дослідження, оцінки та корекції психофізіологічних феноменів;

поглиблення вивчення питань галузевої психофізіології (диференціальної, вікової);

сприяння розвитку у студентів уміння застосувати отримані знання при організації власної поведінки;

оволодіння теоретичними уявленнями про психофізіологічні відмінності людей.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

**знати:** психологічні феномени, категорії, методи вивчення та опис закономірностей функціонування і розвитку психіки з позицій існуючих підходів у вітчизняній та зарубіжній науці;

психологічні технології, які дозволяють вирішувати типові задачі у різних галузях практики;

сутність психофізіологічної, психофізичної та психосоціальної проблем, відмінності між ними;

особливості використання методів вивчення психофізіологічних явищ; психофізіологію сенсорних процесів.

**вміти:** аналізувати фізіологічні основи функціонування психічних процесів, станів, емоцій і цілеспрямованої поведінки;

застосування психофізіологічних методик для діагностики функціонального стану організму;

користуватися навчальною, науковою, науково-популярною літературою;

використовувати знання психофізіології з метою усвідомлення актуальних проблем людства.



### 3. Програма навчальної дисципліни

**Змістовий модуль 1.** Психофізіологічні основи психічних процесів. Оцінка та кореляція робочих станів. Особливості психофізіологічних функцій.

**Тема 1. Психологія як наука: її предмет, специфіка, історія, методи.** Предмет та завдання психофізіології, взаємозв'язок з іншими науками. Методи психофізіологічних досліджень.

**Тема 2. Психофізіологічні основи рухової діяльності.** Поняття рухової діяльності та будова опорно-рухового апарата. Організація рухової системи. Система управління рухами (за М.О. Бернштейном). Схема управління руховою діяльністю (за О.Р. Малхазовим). Опанування рухової діяльності.

**Тема 3. Психофізіологія адаптації людини.** Загальні уявлення про адаптацію. Види адаптації. Основні закономірності адаптації. «Ціна» адаптації та дезадаптації. Адаптивність та адаптаційні можливості.

**Тема 4. Психофізіологія пам'яті та уваги.** Загальні уявлення про пам'ять та її фізіологічні основи. Види пам'яті. Загальна характеристика процесів пам'яті. Індивідуальні особливості пам'яті. Поняття про увагу, її природу та значення. Види та форми уваги. Основні властивості уваги. Способи управління увагою.

**Тема 5. Психофізіологія емоцій.** Поняття емоції і почуття. Теорії емоцій. Функції емоцій і почуттів. Види емоцій. Індикатори емоцій. Психофізіологічні механізми емоцій.

**Тема 6. Психофізіологія сну.** Сон і його види. Теорії сну. Стадії сну. Сновидіння. Функціональне значення сну і потреба в ньому.

**Тема 7. Психофізіологія індивідуальних відмінностей.** Властивості нервової системи і характеристика індивідуальності. Типи темпераментів та їх психологічна характеристика. Властивості нервової системи і спеціальні здібності. Темперамент як формальна інтеграційна основа індивідуальності.

**Тема 8. Психофізіологія діяльності.** Поняття діяльності. Види і структура діяльності. Загальні характеристики та закономірності діяльності. Чинники ефективності діяльності. Працездатність. Функціональні стани організму людини в процесі праці. Оцінка працездатності людини. Динаміка працездатності і характеристика їх фаз. Психофізіологія професійної діяльності.

### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма						Заочна форма						
	усього	у тому числі					усього	у тому числі					
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
<b>Змістовий модуль 1.</b> Психофізіологічні основи психічних процесів. Оцінка та кореляція робочих станів. Особливості психофізіологічних функцій.													
<b>Тема 1.</b> Психологія як наука: її предмет, специфіка, історія, методи.		2	4		3	5		2	2		3	8	
<b>Тема 2.</b> Психофізіологічні основи рухової діяльності		2	2		3	5		2			3	8	
<b>Тема 3.</b> Психофізіологія адаптації людини		2	2		3	5		2			3	8	

<b>Тема 4.</b> Психофізіологія пам'яті та уваги.	2	4		3	3			2		3	6	
<b>Тема 5.</b> Психофізіологія емоцій	2	2		3	3			2		3	6	
<b>Тема 6.</b> Психофізіологія сну	2	2		3	3					3	6	
<b>Тема 7.</b> Психофізіологія індивідуальних відмінностей.	2	2		3	3					3	6	
<b>Тема 8.</b> Психофізіологія діяльності	2	2		3	3					3	6	
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>		<b>16</b>	<b>20</b>		<b>24</b>	<b>30</b>		<b>2</b>	<b>10</b>		<b>24</b>	<b>54</b>
<b>Усього годин</b>	<b>90</b>	<b>16</b>	<b>20</b>		<b>24</b>	<b>30</b>	<b>90</b>	<b>2</b>	<b>10</b>		<b>24</b>	<b>54</b>

## 5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
<b>Змістовий модуль 1</b>			
1.	<b>Тема 1.</b> Психологія як наука: її предмет, специфіка, історія, методи	4	2
2.	<b>Тема 2.</b> Психофізіологічні основи рухової діяльності	2	1
3.	<b>Тема 3.</b> Психофізіологія адаптації людини	2	1
4.	<b>Тема 4.</b> Психофізіологія пам'яті та уваги	4	2
5.	<b>Тема 5.</b> Психофізіологія емоцій	2	1
6.	<b>Тема 6.</b> Психофізіологія сну	2	1
7.	<b>Тема 7.</b> Психофізіологія індивідуальних відмінностей	2	1
8.	<b>Тема 8.</b> Психофізіологія діяльності	2	1
	<b>Разом</b>	<b>20</b>	<b>10</b>

## 6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1.	<b>Тема 1.</b> Психофізіологія зорової системи	2	3
2.	<b>Тема 2.</b> Психофізіологія слухової і вестибулярної систем	2	3
3.	<b>Тема 3.</b> Смакове та нюхове сприймання	2	3
4.	<b>Тема 4.</b> Мова та мовлення	2	3
5.	<b>Тема 5.</b> Психофізіологія здібностей	2	3
6.	<b>Тема 6.</b> Психофізіологія навчання	2	3
7.	<b>Тема 7.</b> Психофізіологія стресів	2	4
8.	<b>Тема 8.</b> Психофізіологія мотивацій	2	4
9.	<b>Тема 9.</b> Психофізіологія статті	2	4
10.	<b>Тема 10.</b> Психофізіологія старіння	2	4
11.	<b>Тема 11.</b> Психофізіологічні підходи до аналізу мислення та інтелекту	2	4

12.	<b>Тема 12.</b> Психофізіологія свідомих та несвідомих процесів	2	4
13.	<b>Тема 13.</b> Психофізіологія функціональних станів	2	4
14.	<b>Тема 14.</b> Психофізіологічні механізми адаптивної поведінки	2	4
15.	<b>Тема 15.</b> Психофізіологічна реабілітація	2	4
<b>Разом</b>		<b>30</b>	<b>54</b>

Підсумком самостійної роботи над вивченням дисципліни «Психофізіологія рухової активності» є складання студентом презентації за темами, вказаними у п.б.

## 7. Індивідуальні завдання

Індивідуальним завданням є виконання курсової роботи. Метою курсової роботи є закріплення та поглиблення студентами теоретичних знань з навчальної дисципліни, а також формування у них умінь і навичок практичного їх застосування у галузі психофізіології.

Обсяги курсової роботи становить 40-50 сторінок формату А4.

Курсова робота виконується кожним студентом за індивідуально отриманим завданням. Завдання на виконання курсової роботи видається на першому практичному занятті.

Курсова робота є окремим заліковим кредитом і оцінюється як самостійний вид навчальної діяльності студента за 100-бальною шкалою.

## 8. Методи навчання

1. Словесні: розповідь-пояснення, бесіда, лекція.
2. Наочні (ілюстрація, демонстрація).
3. Практичні: мовні вправи, ситуаційні завдання, практичні завдання

Основними формами вивчення курсу є лекції, практичні заняття, індивідуальні та групові консультації під керівництвом викладача, підготовка презентацій, виступи з доповіддю на студентських наукових конференціях, а також самостійну роботу, що забезпечує закріплення теоретичних знань, сприяє набуттю практичних навичок і розвитку самостійного мислення.

## 9. Методи контролю

1. Поточний контроль знань студентів з навчальної дисципліни оцінюється:

участь студентів в обговоренні питань, винесених на практичні заняття та проблемних ситуацій; розв'язок ситуаційних вправ; самостійно підготовлені повідомлення студентів за темою практичного заняття; на кожному практичному занятті проводиться письмове опитування по темі у вигляді визначення п'яти понять або 10 тестів закритої форми з однією правильною відповіддю з 5-ти можливих; оцінюється звіт по ІНДЗ; проведення модульного поточного контролю через навчально-науковий центр незалежного оцінювання.

2. Підсумковий контроль знань – залік відбувається відповідно до Положення про семестровий поточний та підсумковий контроль навчальних досягнень здобувачів вищої освіти (сайт НУВГП).





## 10. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота								Підсумковий тест (залік)	Сума
<b>Змістовий модуль №1</b>									
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8		
15	5	5	15	5	5	5	5	<b>40</b>	<b>100</b>

Виконання курсової роботи			Сума
Вступна частина	Основна частина	Захист роботи	
До 20	До 40	До 40	100

## Шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка	
	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73		
60-63	задовільно	
35-59	незадовільно, з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	незадовільно, з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## 11. Методичне забезпечення

1. Опорний конспект лекцій на паперовому носії;
2. Опорний конспект лекцій на електронному носії;
3. Інтерактивний комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни;
4. Комплект презентацій.



## 12. Рекомендована література

### Базова

1. Арша І.Ф., Черненко М.І. Психофізіологія: Підручник для студентів вищих навчальних закладів. – К.: Вища освіта, 2006. – 308 с.
2. Кокур О.М. Психофізіологія. Навчальний посібник / О.М. Кокур. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 184 с.
3. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності: Підручник для студентів вищих навчальних закладів / М.С. Корольчук. – К.: Ельга, Ніка-Центр, 2003. – 400 с.
4. Кузів О.Є. Психофізіологія: курс лекцій. – Тернопіль: вид-во ТНТУ ім. І.Пулля, 2017. – 194 с.
5. Філіппов М.М. Психофізіологія людини: Навч. посіб. / М.М. Філіппов. – К.: МАУП, 2003. – 136 с.

### Допоміжна

1. Абабков В.А. Адаптация к стрессу: Основы теории, диагностики, терапии / В.А. Абабков, М. Перре. – СПб.: Речь, 2004. – 165 с.
2. Александров Ю.А. Психофизиология: Учебник для вузов / Под ред. Ю.А. Александрова. – СПб.: Питер, 2010. – 464 с.
3. Баклицький І.О. Психофізіологія праці: [підручник] / І.О. Баклицький. – [2-ге вид.], переробл. і доп. – К.: Знання, 2008. – 655 с.
4. Батуев А.С. Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем: Учебник для вузов / А.С. Батуев. – СПб.: Питер, 2005. – 317с.
5. Бенеш Г. Психологія : [довідник] / Г. Бенеш. – К.: Знання-Прес, 2007.- 510 с.
6. Данилова Н.Н. Психофизиология: [учеб. для вузов] / Н.Н. Данилова – М.: Аспект-Пресс, 2000. – 374 с.
7. Ильин Е.Л. Психофизиология состояний человека / Е.Л. Ильин. – СПб.: Питер, 2005. – 412 с.
8. Кабашнюк В.О. Психофізіологія: [навчальний посібник] / В.О. Кабашнюк, В.К. Гаврилькевич. – Львів: «Новий світ-2000», 2006. –200 с.
9. Карпухина А.М. Психологические и психофизиологические пути повышения эффективности деятельности / А.М. Карпухина. – К: Знание, 1990. – 19 с.
10. Клименко В.В. Механізми психомоторики людини / В.В. Клименко. – К., 1997. – 192 с.
11. Кокур О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія / О.М. Кокур. – К.: Міленіум, 2004. – 265 с.
12. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності : [підруч. для студ.внз] / М.С. Корольчук. – К.: Ельга : Ніка-Центр, 2003.– 394 с.
13. Коцан І.Я., Мотузюк О.П., Кузнецов І.П., Проблеми сучасної психофізіології. – Луцьк: РВВ Волин.нац.ун-ту ім. Л. Українки, 2010. – 183 с.
14. Крушельницька Я.В. Фізіологія і психологія праці / Я.В. Крушельницька. – К.: КНЕУ, 2002. – 182 с.



15. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Лонтъев. – М.: Смысл, Изд. Центр «Академия», 2004. – 352 с.
16. Майдіков Ю.Л. Нервова система і психічна діяльність людини. Навч. посібник. / Ю.Л. Майдіков, С.І.Корсун. – К., 2007. – 280 с.
17. Малхазов О.Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю / О.Р. Малхазов. – К: Євролінія, 2002. – 320 с.
18. Марютина Т.М. Введение в психофизиологию с Т.М. Марютина, О.Ю. Ермолаев. – 4-е изд. – М.: Флинта, 2004. – 400 с.
19. Новикова И.А. Практическое пособие по анатомии и физиологии центральной нервной системы / И.А. Новикова, О.Н. Полякова, А.А. Лебедев. – СПб.: Речь, 2007. – 93 с.
20. Попова Н.П. Анатомия центральной нервной системы: Учеб.пособие для вузов /Н.П. Попова, О.О. Якименко. – 6-е изд. – М.:Академический Проект,2015. – 112 с.
21. Психофизиология / под. ред. Ю.И. Александрова. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
22. Психофизиология: Учебник для вузов /Под. ред. Ю.И. Александрова. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2004. – 464 с.
23. Тітов І.Г. Вступ до психофізіології: навч. посіб. / І.Г. Тітов. – К.: Академвидав, 2011. – 296 с. – (серія «Альма-матер»).
24. Филимонов В.И. Физиологические основы психофизиологии /В.И. Филимонов. – М.: МЕДпресс-информ, 2003. – 320 с.
25. Філімонов В.І. Фізіологія людини: підручник / В.І. Філімонов. – К.: ВСВ «Медицина», 2010. – 776 с.

### 13. Інформаційні ресурси

1. Національна бібліотека ім.В.І.Вернадського / [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/>
2. Обласна наукова бібліотека (м.Рівне, майдан Короленка,6 / [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.lib.rv.ua/>
3. Рівненська централізована бібліотечна система (м. Рівне, вул. Київська,44) / [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.cbc.rv.ua/>
4. Наукова бібліотека НУВГП (м.Рівне, вул. Олекси Новака, 75) / [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://nuwm.edu.ua/naukova-biblioteka> (інформаційні ресурси у цифровому репозиторії)

