**Психофизиологические основы преподавательской деятельности**

**Срок обучения -** 72 часа, 4 недели

**Форма обучения:** очная

**Категория слушателей –** преподаватели вузов и колледжей

**Цель обучения**:

* понятие о психофизиологических функциях организма;
* знание основ строения центральной нервной системы;
* знание механизмов основных психических функций человека;
* знание возрастных особенностей психофизиологических функций;
* умение диагностировать основные личностные качества человека;
* умение применять методы психологической защиты;
* умение организации эффективного контакта с аудиторией;
* владение методами релаксации;
* владение методами саморегуляции эмоциональных состояний;
* владение методами саморегуляции стрессовых состояний.

**Учебный план программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Темы разделов | **Всего** | **Лекции** | **Практические занятия** |
| 1 | Основы строения и функций центральной нервной системы | 4 | 2 | 2 |
| 2 | Основные психофизиологические функции организма, их возрастные особенности | 4 | 2 | 2 |
| 3 | Основы психодиагностики | 4 | 2 | 2 |
| 4 | Профессиональная устойчивость | 4 | **4** | - |
| 5 | Психофизиология мотивацй, эмоции | 4 | **2** | 2 |
| 5 | Средства профилактики неблагоприятных последствий стресса. | 6 | 2 | 4 |
| 6 | Память и обучение. Методы развития памяти. | 4 | 2 | 2 |
| 7 | Средства повышения работоспособности | 4 | 2 | 2 |
| 8 | Психофизиология манипуляций | 4 | 2 | 2 |
| 9 | Психофизическая саморегуляция поведения и эмоций | 8 | 4 | 4 |
| 10 | Методы достижения релаксации. | 4 | 2 | 2 |
| 11 | Поведение в экстремальных ситуациях | 4 | 2 | 2 |
| 12 | Психологическая защита | 4 | **2** | 2 |
| 13 | Индивидуализация обучения | 4 | 4 | - |
| 14 | Проблемы сознания и подсознательного. | 4 | 2 | 2 |
| 15 | Психофизические упражнения | 6 | 2 | 4 |
|  |  |  |  |  |
| Итоговая аттестация | | 2 | - | - |
| Итого | | 72 часа | 38 | 34 |

**Документ -** удостоверение о повышении квалификации.

**Информация о преподавателях:** Попова Татьяна Владимировна, д.б.н., профессор, почетный работник высшего профессионального образования

**Контакты:** Попова Т.В., т. 89085771729, [tvpopova@susu.ru](mailto:tvpopova@susu.ru), НОЦ спортивной науки,

ИСТиС