

Подписано электронной подписью:  
Вержицкий Данил Григорьевич  
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»  
Дата и время: 2024-04-24 00:00:00  
471086fad29a3b30e244e728abc3661ab35e9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Кемеровский государственный университет»  
Новокузнецкий институт (филиал)

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования  
Кафедра физической культуры и спорта

*Левина Ирина Леонидовна*

## **ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ В ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

*Методические указания по изучению дисциплины  
по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
(профиль «Физическая культура»)*

Новокузнецк

2020

Левина И.Л.

Психофизиология в здоровьесбережении обучающихся: метод. указ. по изучению дисциплины по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура» (прикладной бакалавриат) /И.Л. Левина. - Новокузнецк ин-т (фил.) Кемеров. гос. ун-та. – Новокузнецк: НФИ КемГУ, 2020. – 16 с. - Текст: непосредственный.

Методические рекомендации составлены для студентов, обучающихся на факультете физической культуры, естествознания и природопользования, позволяющие упорядочить и существенно облегчить подготовку студентов к сдаче зачетных требований.

Рекомендовано

На заседании кафедры ФКС

протокол №3 от 28.11.2019

Зав.кафедрой

Артемьев А.А.



И.Л. Левина, 2020

Федеральное государственное  
бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Кемеровский государственный  
университет», Новокузнецкий  
институт (филиал), 2020

**Текст представлен в авторской редакции**

## Содержание

1.Цель и задача дисциплины .....	4
2.Разделы дисциплины.....	4
3. Содержание дисциплины.....	4
4. Рекомендуемая литература и электронные источники .....	5
5. Тематика рефератов .....	6
6. Тестовые задания.....	6
7. Вопросы зачета .....	15

## 1. Цель и задача дисциплины

Целями освоения дисциплины «Психофизиология в здоровьесбережении обучающихся» являются: формирование системы профессиональных навыков и умений, необходимых будущим педагогам по физической культуре для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях.

## 2. Разделы дисциплины

1. Предмет и задачи психофизиологии. Проблемы соотношения мозга и психики.
2. Структурно-функциональная организация ЦНС
3. Психофизиология познавательной деятельности
4. Психофизиология функциональных состояний и эмоций
5. Значение индивидуальных психофизиологических особенностей человека в учебной и профессиональной деятельности
6. Двигательная активность и здоровье
7. Валеодиагностика – инструмент оценки качества и количества здоровья
8. Здоровьесбережение в образовательной среде

## 3. Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	Предмет и задачи психофизиологии. Проблемы соотношения мозга и психики	Психофизиология – область междисциплинарных исследований на стыке психологии и физиологии. История развития психофизиологии. Современные представления о соотношении психического и физиологического. Методы исследования в психофизиологии.
2	Структурно-функциональная организация ЦНС	Структурно-системная организация мозга. Структурно-системная организация мозга как субстрата психической деятельности (концепция О.С.Андрианова). Структурно-функциональная модель мозга как субстрата психической деятельности (функциональные блоки мозга по А.Р.Лурия). Современные представления о механизмах бодрствования и сна. I и II сигнальные системы, физиологическая основа их
3	Психофизиология познавательной деятельности	Свойства основных психических процессов. Психофизиологические особенности внимания, памяти, мышления и их свойства
4	Психофизиология функциональных состояний и эмоций	Психофизиология функциональных состояний и эмоций. Теория эмоций

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
	состояний и эмоций	
5	Значение индивидуальных психофизиологических особенностей человека в учебной и профессиональной деятельности	Психофизиологические основы индивидуально-типологических различий человека. Психофизиологические особенности человека в учебной и профессиональной деятельности. Методы выявления межполушарной асимметрии мозга «Справедливая оценка». Двигательная асимметрия (рук и ног). Сенсорная асимметрия. Критерии оценки функциональной асимметрии.
6	Двигательная активность и здоровье	Строение двигательного анализатора. Классификация движений. Функциональная организация произвольного движения. Электрофизиологические корреляты организации движений. Нейронные корреляты движения. Формирование письма как сложнейшей двигательной функции
7	Валеодиагностика – инструмент оценки качества и количества здоровья	Сопоставление определяющих признаков наук о здоровье человека. Понятия здоровья, виды здоровья. Многомерность здоровья. Факторы, влияющие на здоровье человека. Понятие о валеодиагностике. Понятие количества и качества здоровья. Способы их оценки
8	Здоровьесбережение в образовательной среде	Здоровьесберегающая деятельность в системе образования. Принципы организации, цели, задачи и структура валеологических центров в системе образования. Основные направления деятельности валеологической службы образовательного учреждения.

#### 4. Рекомендуемая литература и электронные источники

1. Дикая, Л.А. Основы психофизиологии [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.А. Дикая, И.С. Дикий ; Министерство образования и науки РФ, Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. - Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2016. - 128 с. : схем., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9275-2264-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493027> (18.09.2018)

2. Психофизиология [Электронный ресурс]: учебно-методический комплекс / . - Москва : Директ-Медиа, 2013. - 163 с. - ISBN 978-5-4458-3449-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210951> (18.09.2018)
3. Левина И.Л. Оценка социально-психологической адаптации и уровня психического здоровья //Комплексная оценка состояния здоровья и развития детей: методическое пособие / авт.-сост: Р.И.Айзман, И.Л.Левина, Н.Г.Коновалова и др.; отв.ред. И.Л.Левина. Кемерово: Изд-во «Компания АСШТ», 2006. 166 с.
4. Левина, И.Л. Школа – путь к здоровью или путь в невроз? Новокузнецк: Изд-во ИПК, 2003. 252 с
5. Левина И.Л., Коновалова Н.Г. Формирование готовности здоровьесберегающей деятельности у выпускников педагогического вуза. Новокузнецк: РИО ГОУ ВПО КузГПА, 2007. 250 с.
6. Библиотека психологического форума MyWord.ru, режим доступа: <http://psylib.myword.ru>
7. Интернет-портал «Психологический навигатор», режим доступа: <http://www.psynavigator.ru>
8. «Библиотека психологической литературы» BOOKAP (Books of the psychology), режим доступа: <http://bookap.info>
9. Сайт «Педагогическая библиотека», режим доступа: <http://www.pedlib.ru>
10. Педагогическая библиотека, режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Pedagog/index.php](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/index.php)
11. База профессиональных данных «Мир психологии», режим доступа: <http://psychology.net.ru/> Электронной ресурс «Психологическая лаборатория», режим доступа: <http://vch.narod.ru>

## **5. Тематика рефератов**

- 1 История возникновения и развития психофизиологии.
2. Проблема соотношения мозга и психики.
3. Психофизиологические особенности психических процессов внимания.
4. Психофизиологические особенности психических процессов памяти.
5. Психофизиологические особенности психических процессов речи.
6. Психофизиологические особенности психических процессов эмоций.
7. Психофизиологические особенности психических процессов мышления.
8. Психофизиология стресса.
9. Строение ЦНС, ее функции и значение, свойства нервной системы.
10. Функциональная асимметрия мозга.
11. Личностные особенности по Кэттеллу. Типы свойств нервной системы, разработанные И.П. Павловым и его учениками. Свойства нервной системы.
12. Значение индивидуальных психофизиологических особенностей человека в учебной и спортивной деятельности.
13. Психофизиология профотбора и профпригодности.

14. Использование психофизиологической диагностики в учебной и профессиональной деятельности.
15. Здоровье и здоровый образ жизни.
16. Факторы, влияющие на здоровье.
17. Роль различных факторов в укреплении здоровья.
18. Двигательная активность и здоровье.
19. Гипокинезия (гиподинамия), гиперкинезия, оптимальная ДА. Их влияние на организм.
20. Основы формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.
21. Здоровьесберегающая организация учебно-воспитательного процесса в учебное и внеучебное время.
22. Общая модель проведения мониторинга показателей здоровья субъектов образовательного процесса.
23. Методы и средства, основные этапы проведения комплексного мониторинга здоровья учащихся.

## **6. Тестовые задания**

Тест 1. Предметом изучения психофизиологии являются

- А. физиологические основы психической деятельности и поведения человека
- В. мозговая организация психической деятельности при патологии
- С. физиология нервной системы
- Д. механизмы работы нервных клеток

Тест 2. Психофизиологическое взаимодействие означает, что

- А. психическое и физиологическое имеют разную сущность, существуют во взаимодействии и взаимовлиянии
- В. психическое, утрачивая свою сущность, полностью отождествляется с физиологическим
- С. психическое и физиологическое неразрывно связаны
- Д. все ответы верны

Тест 3. Очаг возбуждения, который подчиняет все остальные участки мозга, придает поведению определенную направленность, называется

- А. константа
- В. детерминанта
- С. доминанта
- Д. нет правильного ответа

Тест 4. Ощущение как психофизиологический процесс начинается с...

- А. физического процесса
- В. физиологического процесса
- С. психического процесса
- Д. психологического процесса.

Тест 5. Человека как индивида характеризуют...

- А. рост
- В. цвет глаз и волос

- С. тип высшей нервной деятельности;
- Д. принадлежность к расе

Тест 6. Характеристика индивида со стороны его динамических особенностей поведения: интенсивности, скорости, темпа, ритма психических процессов и состояний, называется

- А. рецепцией
- В. вниманием
- С. темпераментом
- Д. характером

Тест 7. Характеристика индивида со стороны его динамических особенностей поведения: интенсивности, скорости, темпа, ритма психических процессов и состояний, называется

- А. рецепцией
- В. вниманием
- С. темпераментом
- Д. характером

Тест 8. Способность человека удерживать в центре внимания определенное число разнородных объектов одновременно называется

- А. устойчивостью внимания
- В. распределением внимания
- С. подвижностью внимания
- Д. концентрацией внимания

Тест 9. Условием возникновения непроизвольного внимания является

- А. неожиданность раздражителя
- В. новизна раздражителя
- С. необычность раздражителя
- Д. все ответы верны

Тест 10. Произвольное внимание...

- А. имеет биологическое происхождение
- В. является продуктом созревания организма
- С. имеет социальные корни
- Д. все ответы верны

Тест 11. Концентрация внимания определяется

- А. повышением интенсивности сигнала при ограничении поля восприятия
- В. центральной настройкой
- С. функционированием доминанты
- Д. все ответы верны

Тест 12. Свойство внимания, практически не поддающееся регулированию при обучении и тренировке, называется

- А. объемом
- В. концентрацией
- С. распределением
- Д. переключаемостью



- Тест 13. По характеру продолжительности закрепления и сохранения материала память бывает:
- А. средневременной
  - В. произвольной
  - С. образной
  - Д. оперативной
- Тест 13. Как показала Зейгарник, мы лучше помним какую-либо работу, если она
- А. была доведена до конца
  - В. осталась незаконченной
  - С. была сознательно прекращена
  - Д. привела к вознаграждению
- Тест 14. Сохранение и воспроизведение различных движений и их систем составляет содержание
- А. логической памяти
  - В. образной памяти
  - С. эмоциональной памяти
  - Д. двигательной памяти
- Тест 15. При извлечении информации из памяти всегда легче
- А. вспомнить какой-то отдельно взятый элемент
  - В. распознать элемент информации среди предъявленных других
  - С. ответить на прямые вопросы
  - Д. не учитывать контекста
- Тест 16. В момент восприятия объекта, образ которого сформировался ранее на основе личных впечатлений или словесных описаний имеет место процесс
- А. сохранения
  - В. запоминания
  - С. узнавания
  - Д. воспроизведения
- Тест 17. Реакция на движущийся объект определяет:
- А. уравновешенность нервной системы
  - В. лабильность нервной системы
  - С. силу нервной системы
  - Д. интеллект
- Тест 18. Динамика индивидуального развития человека обусловлена:
- А. сочетанием эндогенных и экзогенных факторов
  - В. генетикой и наследственностью человека
  - С. двигательной активностью человека
  - Д. направленностью деятельности
- Тест 19. Латерализация функций мозга обусловлена:
- А. генетической предрасположенностью
  - В. пренатальными влияниями
  - С. культурными влияниями
  - Д. все ответы верны

Тест 20. Совокупность признаков неравенства рук, ног, а также правой и левой половин лица, тела в формировании общей двигательной активности человека и внешнего выразительного поведения человека – это асимметрия

- А. моторная
- В. сенсорная
- С. психическая
- Д. интеллектуальная

Тест 21. Гиподинамия — это:

- А. пониженная двигательная активность человека;
- В. повышенная двигательная активность человека;
- С. нехватка витаминов в организме;
- Д. чрезмерное питание.

Тест 22. Какими показателями характеризуется физическое развитие:

- А. телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья
- В. весо-ростовыми показателями
- С. антропометрическими показателями
- Д. физической подготовленностью

Тест 23. Динамическая оценка и прогноз состояния человека по психофизиологическим параметрам называется:

- А. описанием
- В. рецепцией
- С. мониторингом
- Д. наблюдением

Тест 24. Способность человека к выполнению конкретной деятельности в рамках заданных лимитов времени и параметров количества и качества результатов работы называется

- А. активностью
- В. работоспособностью
- С. темпераментом
- Д. выносливостью

Тест 25. Типичная совокупность форм и способов повседневной культурной жизнедеятельности личности, основанная на культурных нормах, ценностях, смыслах деятельности и укрепляющая адаптивные возможности организма – это:

- А. здоровый образ жизни
- В. здоровый стиль жизни
- С. жизненно необходимые умения и навыки
- Д. двигательный режим

Тест 26. Естественные формы проявления двигательной активности в ходьбе, беге, плавании, прыжках, лазании, метании предметов и пр., обеспечивающие целенаправленную активную деятельность человека в природной среде – это:

- А. жизненно необходимые умения и навыки
- В. здоровый образ жизни
- С. здоровый стиль жизни

## Д. двигательный режим

### Практические задачи

**Практическая задача 1.** Поставьте соответствующий виду памяти номер.

1. Мгновенная	<input type="checkbox"/> запоминание с достаточной точностью многообразных движений
2. Кратковременная	<input type="checkbox"/> полное остаточное впечатление длительность от 0,1 до 0,5 с.
3. Оперативная	<input type="checkbox"/> способна хранить информацию в течение неопределённого срока
4. Долговременная	<input type="checkbox"/> связана с переживаниями.
5. Генетическая	<input type="checkbox"/> рассчитана на хранение информации в течение определённого заранее заданного срока (от нескольких сек. до нескольких дней).
6. Зрительная	<input type="checkbox"/> запоминание и точное воспроизведение разнообразных звуков.
7. Слуховая	<input type="checkbox"/> хранение информации в течение короткого промежутка времени
8. Двигательная	<input type="checkbox"/> связана с сохранением и воспроизведением зрительных образов.
9. Эмоциональная	<input type="checkbox"/> передаётся и воспроизводится по наследству

**Практическая задача 2.** Впишите виды памяти.

По характеру участия воли память делят на:

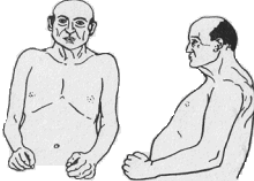
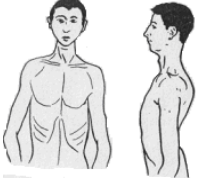
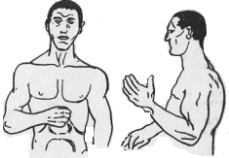
- 1) \_\_\_\_\_ – означает запоминание и воспроизведение автоматически, без всяких усилий
- 2) \_\_\_\_\_ – подразумевает случаи, когда присутствует конкретная задача, и для запоминания используются волевые усилия. В данном виде памяти большую роль играет цель.

По характеру психической деятельности память делят на

- 1) \_\_\_\_\_ память – запоминание и сохранение, а при необходимости воспроизведение сложных многообразных движений.
- 2) \_\_\_\_\_ память – память на переживания.
- 3) \_\_\_\_\_ память – это вид памяти, когда большую роль в процессе запоминания играет слово, мысль, логика.
- 4) \_\_\_\_\_ память – связана с запоминанием и воспроизведением чувственных образов предметов и явлений, их свойств, отношений между ними.

**Практическая задача 3.** Установите соответствие между описаниями конституционных типов по Э. Кречмеру и У. Шелдону.

Изображения и описания	Конституционные типы
------------------------	----------------------

типов телосложения (по Э. Кречмеру 1924)	по У.Шелдону (1940)
 <p>1. Пикник – человек среднего роста, склонный к ожирению, с короткой шеей, сидящей между плечами и со сравнительно большой головой.</p>	А) Эктоморфный (тонкий, с большой головой).
 <p>2. Астеник – человек с узкими плечами, тонкими руками и ногами, с плоской грудью; из-за худобы кажущийся выше, чем есть на самом деле.</p>	В) Эндоморфный (круглый с недоразвитием костей и мышц, с большими внутренностями).
 <p>3. Атлетик – человек выше среднего ростом, с сильно развитым крепким скелетом, развитой мускулатурой, широкими плечами и хорошо развитой грудной клеткой.</p>	С) Мезоморфный (с хорошо развитыми костями и мускулатурой).

**Практическая задача 4.** Проанализируйте содержание «круга темперамента» Айзенка и впишите в нужные места на схеме названия основных типов темперамента.



**Практическая задача 5.** Выполните несколько функциональных проб

*а) Функциональная проба (20 приседаний за 30 сек).* Определяется реакция сердца на нагрузку, время восстановления ЧСС после нагрузки. Необходимо измерить ЧСС в состоянии покоя, затем выполнить функциональную пробу с дозированной физической нагрузкой: 20 глубоких

приседаний (туловище прямое, руки вперед) в течение 30 секунд. После выполнения пробы фиксируется ЧСС (уд/мин), а также время восстановления ЧСС до состояния покоя (сек).

*б) Проба Штанге (задержка дыхания на вдохе).* После 5-7 минут отдыха в положении сидя следует сделать полный вдох и выдох, затем снова вдох (примерно 80-90 % от максимального) и задержать дыхание. Продолжительность задержки дыхания в большей степени зависит от волевых усилий человека, поэтому в задержке дыхания различают время чистой задержки и волевой компонент. Начало последнего фиксируется по первому сокращению диафрагмы (колебанию брюшной стенки).

*в) Проба Генче (задержка дыхания на выдохе).* После полного выдоха и вдоха снова выдыхают (примерно 80-90 % от максимального) и задерживают дыхание.

**Практическая задача 6.** Оцените результаты и вынесите суждение об уровне Вашего функционального состояния.

**Практическая задача 7.** В положении сидя измерьте ЧСС в покое и артериальное давление, запишите свой вес в кг и рост стоя в см.

**Практическая задача 8.** Рассчитайте Индекс функциональных изменений (ИФИ) системы кровообращения для количественную оценку функционального состояния уровня здоровья по Р.М. Баевскому.

Формула расчета:

$$\text{ИФИ} = (0,011 \cdot \text{ЧССп}) + (0,014 \cdot \text{АДс}) + (0,008 \cdot \text{АДд}) + (0,009 \cdot \text{М}) - (0,009 \cdot \text{Рост}) + (0,014 \cdot \text{Возраст}) - 0,27,$$

где ЧССп – частота сердечных сокращений в покое, уд/мин;

АДс (АДд) – артериальное давление систолическое (диастолическое), мм рт. ст.;

М – масса тела в килограммах;

Рост – рост стоя в сантиметрах;

Возраст – количество лет, округленно до полного года.

5. В зависимости от величины интегрального показателя условно отнесите себя к одной из четырех групп.

1-я группа (ИФИ в пределах 1,5–2,59 усл. ед.) включает лиц с достаточными функциональными возможностями сердечно-сосудистой системы или оценкой «здоров».

2-я группа (ИФИ – 2,6–3,09 усл. ед.) – напряжены механизмы регуляции кровообращения и адаптации, человек практически здоров, но не исключаются скрытые заболевания.

3-я группа (ИФИ – 3,1–3,49 усл. ед.) – снижены функциональные возможности системы кровообращения с недостаточными приспособительными реакциями организма, показано дополнительное обследование.

4-я группа (ИФИ – более 3,5 усл. ед.) – резкое снижение функциональных возможностей системы кровообращения с явлениями срыва адаптационных механизмов организма.

Контрольная работа № 1 включает практические задачи №№ 1-4

Контрольная работа № 2 включает практические задачи №№5-8

### Кейс-задачи

**Кейс-задача 1.** В младшем школьном возрасте легко возникает непроизвольное внимание в отношении внешних объектов, поэтому младшие школьники часто отвлекаются. Кроме того, устойчивость произвольного внимания у них кратковременна. Дети 7-8 лет могут удерживать произвольное внимание с высокой степенью интенсивности только 10-15 минут. Экспериментально доказано, что младшие школьники не способны сосредоточенно выполнять подряд 7-8 упражнений, даже если на это планировать 8-10 минут. Уже на пятом упражнении наблюдается большое число отвлечений. В соответствии с особенностями данного периода развития психики, школьники младших классов с трудом концентрируют внимание на собственных мыслях и представлениях. Важно помнить, что дети этого возраста оценивают себя, исходя из той оценки, которую дают им взрослые, что и вызывает интерес к учебным занятиям, формирует «компетенцию» как аспект самосознания, которое, наряду с теоретическим рефлексивным мышлением, составляет центральное психическое новообразование младшего школьника.

*Учитель физической культуры, работающий со школьниками младших классов, в первую очередь должен...*

**Кейс-задача 2.** Любая деятельность в жизни человека, в том числе и спортивная, закрепляется во всех видах его памяти, составляя интегральные образования. Из интегральных видов памяти особое значение в физическом воспитании имеет память на движения. Они запоминаются зрительно, двигательно, тактильно, вестибулярно, мысленно и даже эмоционально. На уроках физической культуры проявляются все виды памяти: при показе физических упражнений ведущая роль принадлежит зрительной памяти; при объяснении (описании, рассказе) — слуховая и словесно-логическая; при выполнении физических упражнений — двигательная, тактильная, вестибулярная. За счет различных модальностей восприятия и возникновения определенных образов в памяти фиксируется интегральный образ физического упражнения, который в дальнейшем становится эталоном для управления движениями при выполнении двигательных действий.

*Перечислите роль каждого вида памяти при выполнении физических упражнений обучающимися...*

**Кейс-задача 3.** По сравнению с учителями других специальностей учитель физической культуры работает в специфических условиях. В психофизиологии их делят на три группы: условия психической напряженности, условия физической нагрузки и условия, связанные с внешне-средовыми факторами.

Условия психической напряженности:

- шум от криков занимающихся (особенно на занятиях с младшими школьниками), который отличается прерывистостью и высокими тонами, вызывает психическое утомление у учителя;

- необходимость переключения с одной возрастной группы на другую;
- значительная нагрузка на речевой аппарат и голосовые связки;
- ответственность за жизнь и здоровье учеников, так как занятия физическими упражнениями отличаются высокой степенью риска в получении травм.

Условия физической нагрузки:

- необходимость показывать физические упражнения;
- осуществление физических действий совместно с учениками (особенно в походах);
- необходимость страховать учеников, выполняющих физические упражнения.

Условия, связанные с внешне-средовыми факторами:

- климатические и погодные условия при занятиях на открытом воздухе;
- санитарно-гигиеническое состояние спортивных классов, залов.

Перечислите меры, позволяющие обеспечить высокую эффективность деятельности учителя физической культуры в данных условиях

## 7. Вопросы зачета

1. Предмет, задачи и методы психофизиологии.
2. История возникновения и развития психофизиологии.
3. Методы исследования в психофизиологии.
4. Проблема соотношения мозга и психики.
5. Психофизиологические особенности психических процессов внимания.
6. Психофизиологические особенности психических процессов памяти.
7. Психофизиологические особенности психических процессов речи.
8. Психофизиологические особенности психических процессов эмоций.
9. Психофизиологические особенности психических процессов мышления.
10. Психофизиология стресса.
11. Строение ЦНС, ее функции и значение, свойства нервной системы.
12. Структурная единица нервной ткани - нейрон. Строение нервных волокон, их классификация. Рефлекс, рефлекторная дуга, рефлекторное кольцо, значение и их функции.
13. Нейрофизиологические механизмы психической деятельности (гипердеполяризационный потенциал).
14. Афферентный синтез
15. Функциональная асимметрия мозга.
16. Функциональные блоки мозга по А.Р.Лурия.
17. Функциональная система по П.К.Анохину.
18. Базисные свойства личности по Г.Айзенку.
19. Анализ личностных особенностей по Кэттеллу.
20. Типы свойств нервной системы, разработанные И.П.Павловым и его учениками. Свойства нервной системы.
21. Значение индивидуальных психофизиологических особенностей человека в учебной и спортивной деятельности.

22. Психофизиология профотбора и профпригодности.
23. Использование психофизиологической диагностики в учебной и профессиональной деятельности.
24. Методики определения внимания.
25. Методики определения памяти.
26. Пространственно восприятие.
27. Диагностика определение уровня тревожности.
28. Методика определения ПЗМР.
29. Методика определения СЗМР.
30. Методика определения УФП.
31. Методика определения РГМ.
32. Методика определения РДО.
33. Предмет и задачи валеодиагностики.
34. Определение понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни».
35. Виды здоровья, многомерность здоровья.
36. Здоровье населения и индивидуальное здоровье. Показатели здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Роль различных факторов в укреплении здоровья.
37. Принципы построения диагностической работы в образовательном учреждении.
38. Режим дня и здоровье.
39. Двигательная активность и здоровье.
40. Гипокинезия (гиподинамия), гиперкинезия, оптимальная ДА. Их влияние на организм.
41. Оценка уровня здоровья по Г.А.Апанасенко и коэффициента здоровья по Р.М.Баевскому.
42. Основы формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.
43. Здоровьесберегающая организация учебно-воспитательного процесса в учебное и внеучебное время.
44. Общая модель проведения мониторинга показателей здоровья субъектов образовательного процесса.
45. Методы и средства, основные этапы проведения комплексного мониторинга здоровья учащихся.
46. Методы оценки физического развития.
47. Методики исследования вегетативной нервной системы.
48. Одномоментные двигательные функциональные пробы для оценки адаптированности организма к двигательной нагрузке, методика, анализ результатов.
49. Определение координационной функции нервной системы по данным пробы Ромберга.
50. Функциональные методы исследования. Функциональная оценка сердечно-сосудистой и дыхательной системы.
51. Кардиореспираторный резерв и его определение.
52. Определение коэффициента корреляции при количественных измерениях