

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)  
федерального государственного автономного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Кафедра педагогики и психологии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
ФТД.2 ПСИХОЛОГИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ АДАПТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ**

Уровень высшего образования	Бакалавриат
Направления подготовки	09.03.03 Прикладная информатика, 38.03.03 Управление персоналом, 39.03.03 Социальная работа 44.03.01 Педагогическое образование 44.03.02 Психолого-педагогическое образование 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) 49.03.01 Физическая культура
Профиль	Все профили
Формы обучения	Очная, заочная

Нижний Тагил  
2016

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры педагогики и психологии 01 июля 2016 г., протокол № 14.

Заведующая кафедрой

И. К. Прохорова

Составитель: Е. А. Дьяченко, доцент кафедры педагогики и психологии, кандидат психол. наук.

© Нижнетагильский государственный  
социально-педагогический институт  
(филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный  
профессионально-педагогический  
университет», 2016.  
© Дьяченко Е. А., 2016.

## 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Программа учебной дисциплины ФТД.2 «Психология и физиология адаптивного поведения» разработана на основе требований федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (далее – ФГОС ВО) по направлениям подготовки:

- 09.03.03 Прикладная информатика,
- 38.03.03 Управление персоналом,
- 39.03.03 Социальная работа
- 44.03.01 Педагогическое образование
- 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
- 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
- 49.03.01 Физическая культура.

**Цель изучения дисциплины** – усвоение обучающимися суммы знаний в области психологии и физиологии адаптивного поведения, формирование у студентов психологической готовности к коррекции поведения при наличии инвалидности или ограниченных возможностей здоровья (далее – ОВЗ).

### **Задачи изучения дисциплины**

- сформировать у студентов систему знаний, умений и навыков в области психологии адаптивного поведения;
- стимулировать развитие образовательного потенциала студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ;
- способствовать более успешной социализации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ;
- ознакомить студентов с нормативной базой, являющейся основой организации инклюзивного образования и обеспечения адаптивного поведения обучающихся.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Учебная дисциплина «Психология и физиология адаптивного поведения» включена в образовательные программы подготовки бакалавра по вышеуказанным направлениям как факультативная, то есть предлагаемая к изучению по желанию студентов.

Учебная дисциплина «Психология и физиология адаптивного поведения» продолжает процесс изучения комплекса взаимосвязанных и взаимодополняющих дисциплин по отдельным отраслям психологических и педагогических знаний и представляет собой важный компонент этого комплекса.

Дисциплина изучается параллельно с освоением студентами общепрофессиональных и профильных дисциплин, таких как «Введение в профессиональную деятельность», «Общая психология», «Психология и педагогика и др.

## 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

В результате освоения дисциплины студент должен **знать**:

- теоретические основы адаптивного поведения личности;
- особенности психологии адаптивного поведения в условиях современных угроз и опасностей;
- физиологические ресурсы организма человека, необходимые для поддержки адаптивного поведения;
- психологические и физиологические механизмы адаптации человека к среде, к условиям освоения профессии;
- способы развития психической устойчивости в адаптивном поведении.

В результате освоения дисциплины студент должен **уметь**:

- обеспечивать объективную самооценку своих адаптационных возможностей;
- способствовать собственной эффективной адаптации к условиям обучения по выбранной профессии, развивать собственную стрессоустойчивость;
- применять различные психологические методы и приемы формирования адаптивного поведения;

В результате освоения дисциплины студент должен **владеть практическими навыками**:

- самоанализа и самоконтроля адаптивного поведения;
- развития собственной стрессоустойчивости.

**Вклад дисциплины в формирование компетенций**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих *компетенций*:  
**ОК-6**– способность к самоорганизации и самообразованию.

#### **4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

##### **4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы**

Срок изучения – 8 семестр

Трудоемкость – 1 з.е. – 36 час.

Аудиторные занятия – 6 часов.

Лекции – 2 час.

Практические занятия – 4 час.

Самостоятельная работа – 26 час.

Форма отчетности – зачет в 8 семестре.

##### **4.3. Содержание и тематическое планирование дисциплины для заочной формы обучения**

№ п/п	Название раздела, темы						Формы текущего контроля успеваемости
				Виды занятий			
1.	Введение. Понятие «адаптивное поведение»	3	1	1	-	2	
2.	Теоретические основы адаптивного поведения личности	3	1	1	-	2	Экспресс-опрос. Оценка устного сообщения
3.	Развитие самооценки человека в системе адаптивного поведения	3	-	-	-	3	Экспресс-опрос. Оценка устного сообщения
4.	Стресс и стрессоустойчивость	2	-	-	-	2	Экспресс-опрос. Оценка устного сообщения
5.	Ресурсная поддержка организма в адаптивном поведении	3	1	-	1	2	Экспресс-опрос. Оценка устного сообщения
6.	Развитие психической устойчивости в адаптивном поведении	3	1	-	1	2	Экспресс-опрос. Оценка устного сообщения
7.	Прогнозирование адаптивного поведения в различных жизненных ситуациях	3	-	-	-	3	Экспресс-опрос. Оценка устного сообщения
8.	Нормативно-правовые основы включения инвалидов и лиц с ОВЗ в образовательную деятельность; инклюзивное образование	4	1	-	1	3	Экспресс-опрос. Оценка устного сообщения
9.	Особенности интеграции инвалидов и лиц с ОВЗ в образовательное пространство	4	1	-	1	3	
	Сдача зачета	4	-	-	-	4	
<b>Всего в часах</b>		<b>1</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

##### Тема 1. Введение. Понятие «адаптивное поведение»

Введение. Цели и задачи изучения дисциплины. Организационный порядок изучения в условиях проведения факультативных занятий.

Понятие «адаптивное поведение». Актуальность проблемы адаптации инвалидов и лиц с ОВЗ к условиям получения профессионального образования. Инклюзивное образование как совместное обучение (воспитание), включающее в себя организацию совместных учебных занятий, досуга, различных видов дополнительного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья и лиц, не имеющих таких ограничений.

Организация факультативных занятий: лекционные занятия, практические занятия, зачет.

## **Тема 2. Теоретические основы адаптивного поведения личности**

Основные понятия психологии, отражающие проблемы адаптивного поведения. Понятие «адаптация». Психология адаптивного поведения. Приспособление. Соматическая податливость. Социальная податливость. Исследование психологии адаптивного поведения в работах зарубежных и отечественных психологов: Ю.А. Александровского, А.М. Зимичева, К. К. Платонова, С. Т. Посоховой, Ж. Пиаже, Г.Ю. Айзенка. Эффективность адаптации. Дезадаптация. Неадаптивность.

## **Тема 3. Развитие самооценки человека в системе адаптивного поведения**

Уровни самооценки у человека в различных возрастных состояниях: дошкольный возраст, младший школьный возраст, подростковый возраст, юношеский возраст, взрослое состояние. Комплекс неполноценности. Эмоциональная нестабильность. Формирование образа физического «Я» при наличии инвалидности или ограниченных возможностей здоровья. Тенденции развития самооценки. Двухкомпонентная структура самооценки. Когнитивная и эмоциональная компоненты самооценки.

## **Тема 4. Стресс и стрессоустойчивость**

Адаптационный синдром. Стресс. Острые и хронические посттравматические стрессовые расстройства и нарушения. Эмоционально-стрессовые реакции. Стрессоры. Механизмы развития адаптации. Симптомы посттравматических стрессовых состояний. Методы развития стрессоустойчивости.

## **Тема 5. Ресурсная поддержка организма в адаптивном поведении**

Физиологические ресурсы организма человека, необходимые для поддержки адаптивного поведения. Ресурсная поддержка процесса обучения. Организация учебной работы в аудиторной и во внеаудиторной форме. Физические нагрузки. Спорт. Допинги. Хроническая усталость. Гендерные особенности ресурсной поддержки. Переутомление.

## **Тема 6. Развитие психической устойчивости в адаптивном поведении**

Воображение и воля, система их развития. Убеждения. Развитие самоанализа, самоактуализации, самоконтроля, самоопределения, самосознания, самоутверждения и самостоятельности в формировании психической устойчивости.

## **Тема 7. Прогнозирование адаптивного поведения в различных жизненных ситуациях**

Прогнозирование адаптивного поведения во взаимодействии, определяющемся разнообразными типами отношений, которые образует социум. Адаптивное поведение в условиях вузовского образования: посещение учебных занятий, сдача зачетов и экзаменов, прохождение учебной и производственной практики, выполнение учебно-исследовательских работ (курсовая работа, выпускная квалификационная работа).

Прогнозирование адаптивного поведения в будущей профессиональной среде.

## **Тема 8. Нормативно-правовые основы включения инвалидов и лиц с ОВЗ в образовательную деятельность; инклюзивное образование**

Законодательное обеспечение инклюзивного образования. Нормы международного гуманитарного права, закрепленные в международных документах: «Декларация о правах умственно отсталых лиц» (1971), «Декларация о правах инвалидов» (1975), Конвенция ООН «О правах ребенка» (1989).

Содержание инклюзивного образования. Принципы инклюзивного образования. Составляющие элементы инклюзивного образования. Особенности инклюзивного образования. Преимущества инклюзивного образования. Формы и технологии инклюзивного образования в учреждениях среднего профессионального и высшего образования.

## **Тема 9. Особенности интеграции различных категорий лиц, имеющих инвалидность или ограничения здоровья, в образовательное пространство**

Организационно-методические и психолого-педагогические условия для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата в образовательных учреждениях. Теоретические и методические основы создания специальных условий для лиц с нарушениями слуха и зрения в образовательных учреждениях.

Основные направления психолого-педагогической поддержки: образовательное, коррекционно-развивающее и социальное. Построение психолого-педагогического сопровождения лиц с

инвалидностью и с ОВЗ. Тьюторство. Разработка и реализация индивидуальной образовательной программы.

## **5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Процесс обучения по дисциплине «Психология и физиология адаптивного поведения» опирается на сочетание лекционных и практических занятий. На лекциях рассматриваются общие теоретические вопросы, формируются основы знаний по дисциплине, а на практических занятиях ведется работа по усвоению практических умений и навыков.

Для формирования предусмотренных программой компетенций в ходе практических занятий необходимо использовать следующие технологии:

- игровое моделирование, благодаря которому студенты имеют возможность «проигрывать» жизненные ситуации, требующие выработки приемов адаптивного поведения;

- обучение в сотрудничестве (совместный анализ и обсуждение вопросов адаптивного поведения).

В процессе освоения дисциплины предусмотрено интерактивное (диалоговое и дискуссионное) построение практических занятий:

- анализ и оценка практического опыта адаптивного поведения в условиях образовательной организации разного типа (школа, колледж, вуз);

- обсуждение, анализ и оценка выступлений студентов.

## **6. ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

Учебным планом предусмотрена самостоятельная работа студентов, которая предполагает выполнение следующих видов работ:

- самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины;

- подготовку к выступлениям с сообщениями и докладами на практических занятиях;

- чтение, конспектирование и аннотирование литературы по психологии и физиологии (книги и статьи);

- подготовка к сдаче зачета.

## **7. ОРГАНИЗАЦИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ**

Проверка качества усвоения знаний по дисциплине ведется в течение семестра в устной форме во время лекционных и практических занятий. Могут быть предложены письменные задания на определение терминов и понятий, на написание эссе.

## **8. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

Изучение дисциплины завершается сдачей зачета, на котором проверяется:

- усвоение теоретического материала курса;

- усвоение базовых понятий курса;

- умение применять на практике полученные знания.

### **Вопросы к зачету**

1. Значение понятий «адаптация», «адаптивное поведение».

2. Психологические проблемы адаптивного поведения.

3. Механизмы развития адаптации человека.

4. Понятие «самооценка». Возрастные особенности проявления самооценки.

5. Структура самооценки: когнитивный и эмоциональный компоненты.

6. Понятие «стресс». Стрессовые расстройства и нарушения.

7. Эмоционально-стрессовые реакции и стрессовые состояния.

8. Методы развития стрессоустойчивости.

9. Физиологические ресурсы организма человека, необходимые для поддержки адаптивного поведения.

10. Адаптация к процессу обучения в вузе.
11. Занятия спортом и физической культурой в системе адаптивного поведения.
12. Гендерные особенности адаптивного поведения.
13. Психическая устойчивость в адаптивном поведении.
14. Самоанализ и самоконтроль в формировании психической устойчивости.
15. Инклюзивное образование в условиях современного вуза.

## 10. ЛИТЕРАТУРА ПО КУРСУ

### 10.1. Основная литература по курсу

1. Джуринский, А.Н. Педагогика и образование в России и в мире на пороге двух тысячелетий: сравнительно-исторический контекст. [Электронный ресурс] — Электрон.дан. — М.: МПГУ, Прометей, 2011.— Режим доступа: <http://e.lanbook.com/book/3826> — Загл. с экрана.
2. Староверова, М.С. Инклюзивное образование. Настольная книга педагога, работающего с детьми с ОВЗ: Методическое пособие. [Электронный ресурс] / М.С. Староверова, Е.В. Ковалев, А.В. Захарова, Е.И. Рыжикова. — Электрон.дан. — М.: Владос, 2011. — Режим доступа: <http://e.lanbook.com/book/53923> — Загл. с экрана.
3. Сунцова А. С. Теории и технологии инклюзивного образования: учебное пособие [Текст]. — Ижевск: Изд-во Удмуртского гос. ун-та, 2013.

### 10.2. Дополнительная литература

1. Апчел В.Я. Стресс и стессоустойчивость человека. – СПб.,1999.
2. Бургасова, Н. Е. Модернизация системы обучения детей с ОВЗ в условиях инклюзии [Текст] / Н. Е. Бургасова, С. Ю. Танцюра // Логопед. - 2014. - № 8. - С. 112-117.
3. Ганчукова, Д. Р. Инклюзивное образование: сущность, подходы и опыт реализации [Текст] / Д. Р. Ганчукова // Философия образования. - 2013. - № 1. - С. 193-198.
4. Кац, А. Инклюзивное образование [Текст] / А. Кац // Воспитательная работа в школе. - 2014. - № 6. - С. 53-59.
5. Шафикова, З. Х. Инклюзивное образование: опыт работы учебных и специальных мастерских [Текст] / З. Х. Шафикова // Педагогика. - 2015. - № 6. - С. 69-74.

### 10.3. Интернет-ресурсы

1. Малофеев Н.Н. Проблемы инклюзивного образования и защиты прав детей с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс] URL: [http://www.hse.ru/data/2011/04/18/1211047007/ВШЭ\\_04.2011\\_Инклюзия.docx](http://www.hse.ru/data/2011/04/18/1211047007/ВШЭ_04.2011_Инклюзия.docx) (дата обращения: 16.03.2016).
2. Назарова Н.М. Интегрированное (инклюзивное) образование: генезис и проблемы внедрения [Электронный ресурс] URL: <http://www.mgpu.ru/article.php?article=129>(дата обращения: 16.03.2016)
3. Научный портал «Педагогика» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://paidagogos.com> (дата доступа: 2016 г.)
4. Научный портал «Педагогическая библиотека» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.pedlib.ru> (дата доступа: 2016 г.)
5. Официальный сайт Научной педагогической библиотеки им. К. Д. Ушинского [Электронный ресурс]. Режим доступа: [http://gnpbu.ru/index.php?file=about\\_full.htm](http://gnpbu.ru/index.php?file=about_full.htm) (дата доступа: 2016 г.)
6. Российский портал «Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://eor.edu.ru> (дата доступа: 2016 г.)
7. Фундаментальная библиотека РГПУ им. А.И. Герцена [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://lib.herzen.spb.ru> (дата доступа: 2016 г.)