



МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

для проведения занятий профессиональной подготовки водителей
транспортных средств категории "В"

Базовый цикл

Предмет: «Психофизиологические основы деятельности водителя»

Занятия: 1,2,3,4,5.

Москва 2014г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. УЧЕБНЫЕ И ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ ЦЕЛИ ТЕМЫ, МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ, ВИДЫ ЗАНЯТИЙ И РАСЧЕТ ВРЕМЕНИ	3
2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
3. НАИМЕНОВАНИЕ, ЦЕЛИ, УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ, РАСЧЕТ ВРЕМЕНИ И МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗАДАНИЙ ТЕМЫ.....	5
3.1. ЗАНЯТИЕ 1. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ФУНКЦИИ, СИСТЕМЫ ВОСПРИЯТИЯ И ПСИХОМОТОРНЫЕ НАВЫКИ	5
3.2. ЗАНЯТИЕ 2. ЭТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОДИТЕЛЯ	7
3.3. ЗАНЯТИЕ 3. ОСНОВЫ ЭФФЕКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ.....	8
3.4. ЗАНЯТИЕ 4. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ И ПРОФИЛАКТИКА КОНФЛИКТОВ	9
3.5. ЗАНЯТИЕ 5. САМОРЕГУЛЯЦИЯ И ПРОФИЛАКТИКА КОНФЛИКТОВ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ)	10
4. ПРИЕМЫ И МЕТОДЫ ДОСТИЖЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ЦЕЛЕЙ.....	11

1. УЧЕБНЫЕ И ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ ЦЕЛИ ТЕМЫ, МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ, ВИДЫ ЗАНЯТИЙ И РАСЧЕТ ВРЕМЕНИ.

Материальное обеспечение .

Литература:

1. Правила дорожного движения. М.: Издательский дом «Третий Рим». 2014.
2. Экзаменационные (тематические) задачи категории А, В. М.: Издательский дом «Третий Рим». 2014.
3. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях.
4. Налоговый кодекс Российской Федерации

Наглядные пособия и оборудование:

Легковой автомобиль

Название, вид заданий и расчет времени.

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Познавательные функции, системы восприятия и психомоторные навыки	2	2	-
2	Этические основы деятельности водителя	2	2	-
3	Основы эффективного общения	2	2	-
4	Эмоциональные состояния и профилактика конфликтов	2	2	-
5	Саморегуляция и профилактика конфликтов (психологический практикум)	4	-	4
	Итого	12	8	4

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа профессиональной подготовки водителей транспортных средств категории "В" разработана в соответствии с требованиями Федерального [закона](#) от 10 декабря 1995 г. N 196-ФЗ "О безопасности дорожного движения", Федерального [закона](#) от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", на основании [Правил](#) разработки примерных программ профессионального обучения водителей транспортных средств соответствующих категорий и подкатегорий, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 1 ноября 2013 г. N 980, [Порядка](#) организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 апреля 2013 г. N 292 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 15 мая 2013 г., регистрационный N 28395), с изменением, внесенным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 21 августа 2013 г. N 977 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 сентября 2013 г., регистрационный N 29969).

Рабочая программа включает требования к результатам ее освоения, структуре и примерному содержанию подготовки, а также условиям ее реализации.

Требования к результатам освоения Рабочей программы сформированы на основе квалификационных требований, предъявляемых к водителю транспортных средств категории «В». В требованиях к результатам освоения Рабочей программы описываются требования к умениям, приобретаемым в ходе освоения программы, указываются усваиваемые знания, на базе которых формируются умения и приобретается практический опыт управления транспортным средством.

Структура и содержание Рабочей программы представлены пояснительной запиской (I), учебным планом (II), рабочими программами учебных предметов (III), планируемыми результатами освоения программы (IV), условиями реализации программы (V), системой оценки результатов освоения программы (VI), учебно-методическими материалами, обеспечивающими реализацию программы (VII).

Учебный план содержит перечень учебных предметов базового, специального и профессионального циклов с указанием времени, отводимого на освоение учебных предметов, включая время, отводимое на теоретические и практические занятия.

Базовый цикл включает учебные предметы:

"Основы законодательства в сфере дорожного движения";

"Психофизиологические основы деятельности водителя";

"Основы управления транспортными средствами";

"Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии".

Рабочие программы учебных предметов раскрывают последовательность изучения разделов и тем, а также распределение учебных часов по разделам и темам.

Последовательность изучения разделов и тем учебных предметов базового, специального и профессионального циклов определяется Автономной некоммерческой организацией УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР МИнуЭТ в расписании занятий.

Учебные предметы базового цикла не изучаются при наличии права на управление транспортным средством любой категории или подкатегории (по желанию обучающегося).

Условия реализации программы содержат организационно-педагогические, кадровые, информационно-методические и материально-технические требования. Учебно-методические материалы обеспечивают реализацию программы.

Программа предусматривает достаточный для формирования, закрепления и развития практических навыков и компетенций объем практики.

3. НАИМЕНОВАНИЕ, ЦЕЛИ, УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ, РАСЧЕТ ВРЕМЕНИ И МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗАДАНИЙ ТЕМЫ.

3.1. Занятие 1. Познавательные функции, системы восприятия и психомоторные навыки.

Учебные цели.

Изучить:

понятие о познавательных функциях (внимание, восприятие, память, мышление); внимание и его свойства (устойчивость, концентрация, распределение, переключение, объем);

Время: 90 мин.

Место: Аудитория

Вид занятия: Теоретическое занятие.

Учебные вопросы и расчет времени.

№ п/п	Наименование учебного вопроса	Время
I	Вступительная часть	5 мин.
II	Основная часть	80 мин.
	понятие о познавательных функциях (внимание, восприятие, память, мышление); внимание и его свойства (устойчивость, концентрация, распределение, переключение, объем); причины отвлечения внимания во время управления транспортным средством; монотония; влияние усталости и сонливости на свойства внимания; способы профилактики усталости;	40 мин.
	виды информации; выбор необходимой информации в процессе управления транспортным средством; информационная перегрузка; системы восприятия и их значение в деятельности водителя; опасности, связанные с неправильным восприятием дорожной обстановки; зрительная система; поле зрения, острота зрения и зона видимости; периферическое и центральное зрение; факторы, влияющие на уменьшение поля зрения водителя.	40 мин
III	Заключительная часть	5 мин.

Методические указания.

При проведении **вступительной части** руководитель занятия объявляет наименование предмета, номер и наименование темы, название занятия, учебные цели и учебные вопросы занятия. Специфические познавательные процессы

Специфические или собственно познавательные — это чувственные процессы (ощущения, восприятия) и рациональные процессы (понятия, суждения и др.). На основе этих процессов, которые осуществляются с помощью органов чувств и мозга, формируются знания субъекта о мире и о себе.

Среди специфических процессов обычно рассматриваются:

Ощущения - процесс первичной обработки информации на уровне отдельных свойств предметов и явлений; они являются продуктом работы пяти органов чувств — зрения, слуха, обоняния, осязания и вкуса;

Восприятия — результат обработки информации более высокого уровня, в котором суммируются данные отдельных органов чувств и на этой основе создается целостный образ предмета, явления, человека. Для обозначения этого понятия используется и термин «перцепция» (от лат. **perception** — представление, восприятие);

Мышление -высший уровень отражения действительности, свойственный только человеку, результатом которого является обобщенное знание объективной реальности, выявление наиболее существенных признаков предметов и явлений. Основными инструментами мышления выступают: **понятия, суждения и умозаключения.**

Неспецифические познавательные процессы

Неспецифические или **универсальные** - это такие процессы, как **память, внимание, воображение, воля.** Их называют также «сквозными», так как они обеспечивают не только познавательные, но и все другие психические и поведенческие процессы. Универсальные процессы обеспечивают не только познавательную деятельность, но и предметно-практическую активность каждой личности, сообщая ей своеобразие, уникальность:

Память позволяет человеку фиксировать факт взаимодействия со средой и сохранять его в форме опыта, а также использовать его в поведении;

Внимание помогает отбирать наиболее важную информацию, обеспечивает выбор эффективных программ действий и сохраняет постоянный контроль за их реализацией;

Воображение помогает прогнозировать на основе накопленной информации события более или менее отдаленного будущего;

Воля - это способность осуществлять свои желания, поставленные перед собой цели, как познавательные, так и предметно- практические.

- причины отвлечения внимания во время управления транспортным средством

Причины отвлечения внимания (застегивание ремня безопасности или регулировка зеркала после начала движения; настройка радиоприемника или навигационной системы во время поездки; прикуривание или прием пищи; чтение дорожной карты или схемы проезда во время движения; телефонные разговоры или дискуссия в транспортном средстве и т.д.).

способность сохранять внимание при наличии отвлекающих факторов;

Умение концентрировать внимание — важнейший навык любого водителя. В процессе езды может возникать множество обстоятельств, фактов и нюансов, отвлекающих внимание водителя (на дороге ДТП, дети на заднем сиденье и т. п.). Поэтому водитель должен уметь не отвлекаться от управления автомобилем на посторонние раздражители и постоянно контролировать ситуацию на дороге. Рассмотрим несколько упражнений, которые помогут существенно улучшить способность концентрироваться. Упражнение 1. Удобно сядьте напротив зеркала и расслабьтесь. Следите, чтобы дыхание было ровным, спокойным и размеренным. Сфокусируйте взгляд в зеркале на точке между вашими бровями и смотрите только в эту точку, не моргая. Мышцы лица в это время должны быть расслаблены. Все мысли, которые возникают, немедленно отгоняйте: все внимание должно быть сконцентрировано только на точке, в которую вы смотрите. При возникновении непреодолимого желания моргнуть устройте небольшой отдых, посмотрев куда-то вдаль. Эффективность упражнения определяется тем, насколько долго вам удастся удержать взгляд на выбранной точке. Упражнение 2. Немного усложним предыдущее упражнение. После фокусирования внимания в течение долгого времени на выбранной точке вы заметите, что отражение лица в зеркале немного расплывается. Закройте глаза и постарайтесь в уме смоделировать те либо иные дорожные ситуации и варианты вашего поведения в них. Представьте себя за рулем и четко обрисуйте каждое действие, которое вы предпримете для выхода из сложной дорожной обстановки без неприятностей (или хотя бы сократив их до минимума). Данное упражнение позволяет не только повысить способность к концентрации внимания, но и закрепить либо сформировать полезные навыки управления автомобилем и поведения в неблагоприятной дорожной ситуации. Начинать моделирование ситуаций следует с простых навыков: выполнение поворота на перекрестке, начало движения, перестроение и т. д. Постепенно усложняйте воображаемые ситуации, доводя их в уме до критических (занос автомобиля на скользкой дороге, внезапно появившееся препятствие и др.). Упражнение 3. Это упражнение особенно полезно для рассеянных людей. Возьмите палку, поставьте ее на ладонь в

вертикальном положении и уравнивайте ее. При этом смотреть можно только на верхний конец палки. При регулярных тренировках вы почувствуете результат уже через короткое время.

Монотония (от греч. monos один, единый и tonos напряжение, ударение) функциональное состояние человека, возникающее при однообразной работе.

Характеризуется снижением тонуса и восприимчивости, ослаблением сознательного контроля, ухудшением внимания и памяти, стереотипизацией действий, появлением ощущений скуки и потери интереса к работе.

Продуктивность деятельности лишь на некоторое время восстанавливается за счет включения особых волевых усилий.

В ответ на монотонные условия работы могут развиваться и явления психического пресыщения.

влияние усталости и сонливости на свойства внимания;

Утомление водителя проявляется в снижении безопасности движения, оно оказывает негативное влияние на все основные функции восприятия и другие психофизиологические качества водителя. В результате утомления ухудшаются характеристики зрительного восприятия: увеличиваются его пороги, снижаются контрастная чувствительность, точность оценки расстояний до объектов и скорости их движения. Из-за ослабления качеств восприятия ухудшается и его организация, особенно устойчивость переключения внимания. Водитель в течение большего времени концентрирует внимание на отдельных объектах, в том числе на тех, которые в этом не нуждаются, что влечет увеличение времени на обнаружение особенно неожиданных сигналов.

При утомлении ослабевает память, и поэтому в конце длительной поездки наблюдается резкое увеличение средних значений не только времени обнаружения сигнала, но и скорости переработки информации. В этой фазе характерен наибольший разброс величин времени реакции, т. е. возможны нежелательные как чрезмерно замедленная, так и очень быстрая реакции.

В результате утомления происходит расстройство ранее сформированных навыков, это, в частности, проявляется в изменении рабочей позы: более глубокая посадка с типичным наклоном корпуса вперед или заваливанием назад, что затрудняет пользование рулевым колесом, педалями и рычагами, ухудшает обзор дороги и наблюдение за приборами. У утомленного водителя нарушается точность выполнения приемов управления, наблюдаются неоправданно частые повороты рулевого колеса и пропуски необходимых корректирующих действий.

Как показывают исследования процесса развития утомления у водителей, оно обнаруживается уже на 4—5 ч вождения, явно ощущается на 6—8 ч и к концу 9 ч уже требуются волевые усилия, чтобы поддерживать движение на безопасном уровне. Если приходится находиться за рулем более 9 ч, то из-за резкого падения работоспособности опасность ДТП сильно возрастает. Вероятно поэтому более половины всех дорожных происшествий оказывается связанным с переутомлением водителей. Причем особенно сильно проявляется утомление, когда водитель садится за руль не выспавшись.

Утомление — это закономерный процесс временного снижения работоспособности, наступающий в результате деятельности. Вместе с тем безопасность вождения в начале развития утомления некоторое время может и не снижаться, так как волевым усилием человек может заставить себя ехать с теми же количественными и качественными показателями. Водитель в состоянии утомления может избежать ошибок даже при внезапном изменении дорожной обстановки путем повышения интенсивности внимания и готовности к действиям. Но в этом случае от него потребуется большое волевоe усилие и повышенный расход энергии, что выражается в учащении сердцебиения, более глубоком дыхании, избыточной потливости, покраснении кожи лица и т. д. Повышенные энергозатраты способствуют прогрессированию утомления и в результате наступает момент, когда несмотря на возрастающие усилия возникают ошибки, пропуски необходимых действий, снижение производительности труда по количественным и качественным показателям.

Утомлению обычно предшествует чувство усталости. Усталость — это субъективное

переживание человеком утомления. Физиологическая сущность усталости заключается в сигнализации организма о необходимости прекратить или снизить интенсивность работы для того, чтобы избежать расстройства функций нервных клеток. Вместе с тем далеко не всегда чувство усталости соответствует степени утомления. При любой деятельности, выполняемой с удовольствием, человек меньше устает, чем при выполнении более легкой, но неприятной работы. Поэтому люди творческого труда (художники, ученые, изобретатели и др.) иногда работают много часов без перерывов, не чувствуя усталости.

Психическая деятельность водителя стимулируется поступающей информацией. Для протекания на высоком уровне психических процессов необходима оптимальная информационная нагрузка. Избыточная информация в результате чрезмерного напряжения психических процессов приводит к более быстрому развитию утомления. При недостатке информации интенсивность протекания психофизиологических процессов падает, что приводит к снижению готовности водителя к действиям при неожиданном изменении дорожной обстановки. Для поддержания в этих условиях необходимой интенсивности и устойчивости внимания требуется значительное волевое усилие, что также связано с расходом нервно-психической энергии и приводит к преждевременному утомлению.

Имеет также значение характер поступающей информации и отношение к ней человека. Водитель в состоянии утомления может не чувствовать усталости под влиянием эмоционального возбуждения или опасности. Именно поэтому, в продолжительной поездке по трассе водитель испытывает чувство усталости в меньшей степени, чем рядом сидящий пассажир, хотя длительное управление автомобилем, естественно, приводит к большему утомлению водителя, нежели бездействующего пассажира.

Сонливость и засыпание водителя за рулем — наиболее опасные проявления утомления, которые нередко приводят к ДТП. Водитель, чувствуя сонливость, может какое-то время преодолевать ее и достаточно надежно управлять автомобилем, но он должен знать, что засыпание может наступить внезапно и он этот момент может не заметить, что создает очень серьезную угрозу для безопасности дорожного движения.

способы профилактики усталости;

Поэтому, если у водителя появляется сильная сонливость за рулем, то бороться с ней на ходу не следует. Нужно остановиться и уснуть на короткое время или проделать гимнастические упражнения. Только после снятия сонливости можно продолжать путь.

Характерным признаком наступающего утомления может служить появление, казалось бы, незначительных ошибочных действий: рассеянное внимание, желание выпрямиться, переменить позу. При таких признаках утомления необходимо немедленно прекратить движение. Первые признаки утомления, появившиеся после нескольких часов за рулем, не опасны для водителя и легко устраняются кратковременным отдыхом. Доказано, что при одном и том же времени отдыха несколько коротких перерывов значительно эффективнее одного продолжительного перерыва.

виды информации; выбор необходимой информации в процессе управления транспортным средством;

информационная перегрузка;

«**Информационная перегрузка**» — термин, описывающий трудности понимания проблемы и принятия решений, причиной которой является избыток [информации](#).

системы восприятия и их значение в деятельности водителя;

опасности, связанные с неправильным восприятием дорожной обстановки;

зрительная система; поле зрения, острота зрения и зона видимости; периферическое и центральное зрение;

факторы, влияющие на уменьшение поля зрения водителя; другие системы восприятия (слуховая система, вестибулярная система, суставно-мышечное чувство, интероцепция) и их значение в деятельности водителя;

влияние скорости движения транспортного средства,

алкоголя, медикаментов и эмоциональных состояний водителя на восприятие дорожной обстановки; память;

виды памяти и их значение для накопления профессионального опыта;

мышление; анализ и синтез как основные процессы мышления;

оперативное мышление и прогнозирование;

навыки распознавания опасных ситуаций;

принятие решения в различных дорожных ситуациях;

важность принятия правильного решения на дороге;

формирование психомоторных навыков управления автомобилем;

влияние возрастных и гендерных различий на формирование психомоторных навыков;

простая и сложная сенсомоторные реакции,

реакция в опасной зоне;

факторы, влияющие на быстроту реакции.

В **заключительной части** занятия преподаватель выполняет следующее:

- делает общие выводы по учебному материалу занятия;
- выдает задание на самостоятельную подготовку и доводит порядок его выполнения;
- отвечает на вопросы.

Задание на самоподготовку.

3.2 Занятие 2. Этические основы деятельности водителя.

Учебные и воспитательные цели.

Изучить:

цели обучения управлению транспортным средством; мотивация в жизни и на дороге; мотивация достижения успеха и избегания неудач.

Время: 90 мин.

Место: аудитория.

Вид занятия: Теоретическое занятие.

Материальное обеспечение.

Правила дорожного движения.

Учебные вопросы и расчет времени.

№ п/п	Наименование учебного вопроса	Время
I	Вступительная часть	5 мин.
II	Основная часть	80 мин.
	цели обучения управлению транспортным средством; мотивация в жизни и на дороге; мотивация достижения успеха и избегания неудач; склонность к рискованному поведению на дороге; формирование привычек; ценности человека, группы и водителя;	40 мин.
	свойства личности и темперамент; влияние темперамента на стиль вождения; негативное социальное научение; понятие социального давления; влияние рекламы, прессы и киноиндустрии на поведение водителя; ложное чувство безопасности; влияние социальной роли и социального окружения на стиль вождения.	40 мин
III	Заключительная часть	5 мин.

Методические указания.

При проведении **вступительной части** руководитель занятия объявляет наименование предмета, номер и наименование темы, название занятия, учебные цели и учебные вопросы занятия.

Рассказать о целях обучения управлению транспортным средством; мотивации в жизни и на дороге; мотивации достижения успеха и избегания неудач; склонности к рискованному поведению на дороге; формировании привычек; ценностях человека, группах и водителях; свойствах личности и темперамент; влиянии темперамента на стиль вождения; негативном социальном научении; понятии социального давления; влиянии рекламы, прессы и киноиндустрии на поведение водителя; ложном чувстве безопасности; влиянии социальной роли и социального окружения на стиль вождения; способах нейтрализации социального давления в процессе управления транспортным средством; уязвимых участниках дорожного движения, требующих особого внимания (пешеходы, велосипедисты, дети, пожилые люди, инвалиды); причинах предоставления преимущества на дороге транспортным средствам, оборудованным специальными световыми и звуковыми сигналами; особенностях поведения водителей и пешеходов в жилых зонах и в местах парковки.

В **заключительной части** занятия преподаватель выполняет следующее:

- делает общие выводы по учебному материалу занятия;
- выдает задание на самостоятельную подготовку и доводит порядок его выполнения;
- отвечает на вопросы.

Задание на самоподготовку.

3.3. Занятие 3. Основы эффективного общения.

Учебные и воспитательные цели

Изучить:

понятие общения, его функции, этапы общения; стороны общения, их общая характеристика (общение как обмен информацией, общение как взаимодействие, общение как восприятие и понимание других людей).

Время: 90 мин.

Место: Аудитория

Вид занятия: Теоретическое занятие.

Учебные вопросы и расчет времени

№ п/п	Наименование учебного вопроса	Время
I	Вступительная часть	5 мин.
II	Основная часть	80 мин.
	1. понятие общения, его функции, этапы общения; стороны общения, их общая характеристика (общение как обмен информацией, общение как взаимодействие, общение как восприятие и понимание других людей); характеристика вербальных и невербальных средств общения; основные "эффекты" в восприятии других людей;	40 мин.
	2. виды общения (деловое, личное); качества человека, важные для общения; стили общения; барьеры в межличностном общении, причины и условия их формирования; общение в условиях конфликта; особенности эффективного общения; правила, повышающие эффективность общения.	40 мин.
III	Заключительная часть	5 мин

Методические указания.

При проведении **вступительной части** руководитель занятия объявляет наименование предмета, номер и наименование темы, название занятия, учебные цели и учебные вопросы занятия.

Рассказать понятия общения, его функциях, этапах общения; сторонах общения, их общей характеристике (общение как обмен информацией, общение как взаимодействие, общение как восприятие и понимание других людей); характеристике вербальных и невербальных средств общения; основных "эффектах" в восприятии других людей; видах общения (деловое, личное); качествах человека, важных для общения; стилях общения; барьерах в межличностном общении, причинах и условиях их формирования; общении в условиях конфликта; особенностях эффективного общения; правилах, повышающих эффективность общения.

В **заключительной части** занятия преподаватель выполняет следующее:

- делает общие выводы по учебному материалу занятия;
- выдает задание на самостоятельную подготовку и доводит порядок его выполнения;
- отвечает на вопросы.

Задание на самоподготовку.

3.4. Занятие 4. Эмоциональные состояния и профилактика конфликтов.

Учебные и воспитательные цели

Изучить понятия:

эмоции и поведение водителя; эмоциональные состояния (гнев, тревога, страх, эйфория, стресс, фрустрация); изменение восприятия дорожной ситуации и поведения в различных эмоциональных состояниях.

Время: 90 мин.

Место: Аудитория

Вид занятия: Теоретическое занятие.

Учебные вопросы и расчет времени

№ п/п	Наименование учебного вопроса	Время
I	Вступительная часть	5 мин.
II	Основная часть	80 мин.
	1. эмоции и поведение водителя; эмоциональные состояния (гнев, тревога, страх, эйфория, стресс, фрустрация); изменение восприятия дорожной ситуации и поведения в различных эмоциональных состояниях; управление поведением на дороге; экстренные меры реагирования;	40 мин.
	2. способы саморегуляции эмоциональных состояний; конфликтные ситуации и конфликты на дороге; причины агрессии и враждебности у водителей и других участников дорожного движения; тип мышления, приводящий к агрессивному поведению; изменение поведения водителя после употребления алкоголя и медикаментов; влияние плохого самочувствия на поведение водителя; профилактика конфликтов; правила взаимодействия с агрессивным водителем.	40 мин.
III	Заключительная часть	5 мин

Методические указания

При проведении **вступительной части** руководитель занятия объявляет наименование предмета, номер и наименование темы, название занятия, учебные цели и учебные вопросы занятия.

эмоции и поведение водителя; эмоциональные состояния (гнев, тревога, страх, эйфория, стресс, фрустрация); изменение восприятия дорожной ситуации и поведения в различных эмоциональных состояниях; управление поведением на дороге; экстренные меры реагирования; способы саморегуляции эмоциональных состояний; конфликтные ситуации и конфликты на дороге; причины агрессии и враждебности у водителей и других участников дорожного движения; тип мышления, приводящий к агрессивному поведению; изменение поведения водителя после употребления алкоголя и медикаментов; влияние плохого самочувствия на поведение водителя; профилактика конфликтов; правила взаимодействия с агрессивным водителем.

В **заключительной части** занятия преподаватель выполняет следующее:

- делает общие выводы по учебному материалу занятия;
- выдает задание на самостоятельную подготовку и доводит порядок его выполнения;
- отвечает на вопросы.

Задание на самоподготовку

3.5. Занятие 5. Саморегуляция и профилактика конфликтов (психологический практикум).

Учебные цели.

Изучить понятия:

приобретение практического опыта оценки собственного психического состояния и поведения, опыта саморегуляции, а также первичных навыков профилактики конфликтов;

Время: 180 мин.
 Место: Аудитория
 Вид занятия: Практическое занятие.

Учебные вопросы и расчет времени.

№ п/п	Наименование учебного вопроса	Время
I	Вступительная часть	10 мин.
II	Основная часть	160 мин.
	1. Практическое занятие №1	40 мин
	1. Практическое занятие №1	40 мин
	1. Практическое занятие №1	40 мин
	1. Практическое занятие №1	40 мин
	Заключительная часть	10 мин.

Методические указания.

При проведении **вступительной части** руководитель занятия объявляет наименование предмета, номер и наименование темы, название занятия, учебные цели и учебные вопросы занятия.

приобретение практического опыта оценки собственного психического состояния и поведения, опыта саморегуляции, а также первичных навыков профилактики конфликтов; решение ситуационных задач по оценке психического состояния, поведения, профилактике конфликтов и общению в условиях конфликта.

В **заключительной части** занятия преподаватель выполняет следующее:

- делает общие выводы по учебному материалу занятия;
- выдает задание на самостоятельную подготовку и доводит порядок его выполнения;
- отвечает на вопросы.

Задание на самоподготовку

4. ПРИЕМЫ И МЕТОДЫ ДОСТИЖЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ЦЕЛЕЙ.

Реализацию воспитательных целей достигать динамическим изложением учебного материала, приведением интересных для обучающихся примеров и фактов из жизни водителей, приведением сравнительных характеристик различных образцов автотехники.

На занятиях постоянно поддерживать убежденность обучающихся в общественной значимости изучения правил дорожного движения, создавать необходимые условия, способствующие успешному усвоению материала, проводить мероприятия, составляющие целенаправленную систему комплексных педагогических воздействий коллектива автошколы по формированию у обучающихся сознательного положительного отношения к овладению навыками вождения.

В ходе занятий преподаватель должен предъявлять к обучающимся справедливую требовательность, не оставляя без воздействия ни одного случая некачественного выполнения учебного задания или нарушения дисциплины на занятиях и развивая тем самым чувство ответственности при управлении транспортным средством.

Заместитель директора АНО УЦ МИнуЭТ по учебной части

И. Кабалин