

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО  
«Кубаньдорбезопасность»  
С.И. Мороз  
25 января 2019 г.



## 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.



2019г.

**СОДЕРЖАНИЕ**

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

# 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
6	Психофизиологические и психологические особенности несовершеннолетних.	2	2	
	Итого	14	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 в ООО «Кубаньдорбезопасность» 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 удерживать 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 волевое 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.*

### 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 понятию 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.*

## 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

## **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**

## **Занятие 6. Психофизиологические и психологические особенности несовершеннолетних.**

### **Учебные и воспитательные цели**

Изучить понятия:

Психофизиологические и психологические особенности несовершеннолетних.; 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.

Психофизиологические свойства несовершеннолетних. Восприятие дорожной обстановки, саморегуляция эмоционального состояния, изменение поведения в различных эмоциональных состояниях. Накопление профессионального опыта лицами, не достигшими 18 лет.

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.