

ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «АВАНГАРД 56»



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплина: « Психофизиологические основы деятельности  
водителя».

Оренбург, 2019 г.

## «Психофизиологические основы деятельности водителя»

Рабочая программа учебного предмета «Психофизиологические основы деятельности водителя» предназначена для реализации требований учебной программы профессиональной подготовки водителей транспортных средств категории «В».

**Целью изучения предмета «Психофизиологические основы деятельности водителя»** является изучение психофизиологических особенностей поведения водителя и их влияния на безопасность дорожного движения и движения в целом.

**Задачи предмета** исследование психологии водителей как одной из категории участников дорожного движения и характера ее влияния на обеспечение безопасности дорожного движения.

Занятия по учебной дисциплине проводятся в учебных кабинетах. В ходе изучения применяются стенды, комплекты плакатов, а также компьютерные технологии, видеофильмы, презентации слайдов.

В результате изучения дисциплины:

### 1.«Психофизиологические основы деятельности водителя»

№ п. п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Краткое содержание	оборудование	Форматтестации/контроль
		Всего	теория	практика			
1	Познавательные функции, системы восприятия и психомоторные навыки	2	2		Зрительное восприятие, внимание, реакция, память.		Вопрос-ответ
2	Этические основы деятельности водителя	2	2	-	Если участники д.д будут следовать ПДД и правилам этикета, то конфликтов в нашей жизни водителя будет намного меньше.. И	АПК Плакаты , стенды, слайды. Презентации занятий.	Наблюдение
3	Эмоциональные состояния и профилактика конфликтов	2	2	-			Опрос

					риски провокаций агрессивного поведения будут снижаться.	
3	Основы эффективного общения	2	2	-	Понятие общения, его функции, этапы общения их общая характеристика.	Вопрос-ответ
4	Саморегуляция и профилактика конфликтов (психологический практикум)	3	-	3	У каждого состояния есть ведущий компонент-то, что мы замечаем в себе в первую очередь (гнев, страх, усталость, напряжение). Способы саморегуляции.	Практическое занятие  Промежуточная аттестация (Зачет)
	<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>4</b>		

## СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА

**Тема 1. Познавательные функции, системы восприятия и психомоторные навыки:** 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; способность сохранять внимание при наличии отвлекающих факторов; монотония; влияние усталости и сонливости на свойства внимания; способы профилактики усталости; 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; 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.

**Тема 2. Этические основы деятельности водителя:** 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; 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; способы нейтрализации социального давления в процессе управления транспортным средством; представление об этике и этических нормах; этические нормы водителя; ответственность водителя за безопасность на дороге; взаимоотношения водителя с другими участниками дорожного движения; уязвимые участники дорожного движения, требующие особого внимания (пешеходы, велосипедисты, дети, пожилые люди, инвалиды); причины предоставления преимущества на дороге транспортным средствам, оборудованным специальными световыми и звуковыми сигналами; особенности поведения водителей и пешеходов в жилых зонах и в местах парковки.

**Тема 3. Основы эффективного общения:** 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; 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

**Тема 4. Эмоциональные состояния и профилактика конфликтов:** 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.

**Тема 5-1-2-3. Саморегуляция и профилактика конфликтов:** 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 условия конфликта.

## **2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ**

### **Учащиеся должны знать:**

Способы эффективного общения участников дорожного движения, этические основы деятельности водителя.

### **Учащиеся должны уметь:**

Управлять своим эмоциональным состоянием, уважать права других участников дорожного движения, конструктивно разрешать межличностные конфликты, возникшие между участниками дорожного движения.

## **Литература**

1. Евтюков С.А., Глазков В.Ф., Лобанова Ю. Г. Педагогические основы подготовки водителей автотранспортных средств (обучение практическому вождению автомобилей). Учебно-методическое пособие. ИД «Петрополис», 2010г.
  2. Гудков В.П. Ученик за рулем: Психологические основы уверенного и безопасного управления автомобилем. ООО «Мир Автокниг», 2012г.
  3. Рожков Л.Б., Найдина И.В. Психологические основы безопасного управления транспортным средством. ООО «Издательский дом «Автопросвещение», 2012г.
- 6.2. Электронные учебно-наглядные пособия.

**Тестирование. Промежуточная аттестация (зачет)**

Решение ситуационных задач по оценке психического состояния, поведения, профилактике конфликтов и общению в условиях конфликта; контроль знаний (за счет времени отведенного на предмет) при проведении теоретического этапа промежуточной и итоговой аттестации обучающихся проводится по контрольным вопросам .

Материал : 30 вариантов.

**1. Как следует поступить водителю, если во время движения по сухой дороге с асфальтобетонным покрытием начал моросить дождь?**

1. Уменьшить скорость и быть особенно осторожным.
2. Не изменяя скорости продолжить движение.
3. Увеличить скорость и попытаться проехать как можно большее расстояние, пока не начался сильный дождь.

**2. При движении по какому участку дороги действие сильного бокового ветра наиболее опасно?**

1. По открытому.
2. По закрытому деревьями.
3. При выезде с закрытого участка на открытый.

**3. В темное время суток и в пасмурную погоду скорость встречного автомобиля воспринимается:**

1. Ниже, чем в действительности.
2. Выше, чем в действительности.
3. Восприятие скорости не меняется.

**4. Как влияет алкоголь на время реакции водителя?**

1. Время реакции уменьшается.
2. Время реакции увеличивается.
3. Алкоголь на время реакции не влияет.

**5. При движении в условиях плохой видимости нужно выбирать скорость, исходя из того, чтобы остановочный путь был:**

1. Больше расстояния видимости.
2. Меньше расстояния видимости.

**6. Вероятность возникновения аварийной ситуации при движении в плотном транспортном потоке будет меньше, если скорость Вашего транспортного средства:**

1. Значительно меньше средней скорости потока.
2. Равна средней скорости потока.
3. Значительно больше средней скорости потока.

**7. При движении в условиях тумана расстояние до предметов представляется:**

1. Большим, чем в действительности.
2. Меньшим, чем в действительности.
3. Соответствующим действительности.

**8. Каковы типичные признаки наступившего утомления водителя?**

1. Возбужденность, раздражительность.
2. Головокружение, резь в глазах, повышенная потливость.

3. Сонливость, вялость, притупление внимания.

**9. При приближении к вершине подъема в темное время суток водителю рекомендуется переключить дальний свет фар на ближний:**

1. Только при появлении встречного транспортного средства.

2. Всегда при приближении к вершине подъема.

**10. После длительного движения на безопасной дистанции за грузовым автомобилем у Вас появилась возможность совершить обгон. Ваши действия?**

1. Максимально приблизитесь к обгоняемому автомобилю, затем перестроитесь на полосу встречного движения и совершите маневр.

2. Перестроитесь на полосу встречного движения, после чего произведете сближение с обгоняемым транспортным средством.

3. Допустимы оба варианта действий.

**11. При движении в плотном потоке Вы заметили сзади транспортное средство, движущееся на слишком малой дистанции. Как следует поступить, чтобы обеспечить безопасность движения?**

1. Предупредить следующего сзади водителя резким кратковременным торможением.

2. Скорректировать скорость движения, ослабив нажатие на педаль газа, чтобы увеличить дистанцию до движущегося впереди транспортного средства.

3. Увеличить скорость движения, уменьшив дистанцию до движущегося впереди автомобиля.

4. Допускается любое из перечисленных действий.

**12. Какое расстояние проедет транспортное средство за одну секунду при скорости движения около 70 км/ч?**

1. Примерно 30 м.

2. Примерно 20 м.

3. Примерно 10 м.

**13. Какое расстояние проедет транспортное средство за одну секунду при скорости движения около 90 км/ч?**

1. Примерно 25 м.

2. Примерно 35 м.

3. Примерно 45 м.

**14. Зависит ли выбор бокового интервала от скорости движения?**

1. При увеличении скорости движения боковой интервал необходимо увеличить.

2. Выбор бокового интервала от скорости движения не зависит.

**15. В каком из перечисленных случаев водителю следует оценивать обстановку сзади?**

1. Только при торможении на дороге с мокрым или скользким покрытием.

2. Только при резком торможении.

3. При любом торможении.

**16. Как изменяется поле зрения водителя с увеличением скорости движения?**

1. Расширяется.

2. Сужается.

3. Не изменяется.

**17. Что Вам следует иметь в виду, увидев впереди пешехода, переходящего проезжую часть?**

1. Что он может внезапно остановиться или отступить назад.

2. Что он может перейти дорогу, не меняя своего темпа движения, или ускориться.

3. Следует иметь в виду все вышеперечисленное.

**18. В каком из перечисленных случаев длина пути обгона будет больше?**

1. При скорости обгоняемого транспортного средства 70 км/ч и обгоняющего 90 км/ч.

2. При скорости обгоняемого транспортного средства 40 км/ч и обгоняющего 60 км/ч.

3. Длина пути обгона в обоих случаях будет одинакова.

**19. В каком из перечисленных случаев время обгона будет больше?**

1. При скорости обгоняемого транспортного средства 70 км/ч и обгоняющего 90 км/ч.

2. При скорости обгоняемого транспортного средства 40 км/ч и обгоняющего 60 км/ч.

3. Время обгона в обоих случаях будет одинакова.

**20. Что следует предпринять водителю для увеличения поля зрения при движении?**

1. Увеличить скорость движения

2. Снизить скорость движения

**21. Принято считать, что среднее время реакции опытного водителя составляет:**

1. 0,5 сек.

2. 1 сек.

3. 2 сек.

**22. Принято считать, что среднее время реакции водителя с маленьким стажем управления транспортным средством составляет:**

1. 0,5 сек.

2. 1 сек.

3. 1,5 сек.

**23. Безопасной дистанцией при движении по сухой дороге на легковом автомобиле можно считать расстояние, которое автомобиль пройдет не менее чем за:**

1. 2 сек.

2. 3 сек.

3. 4 сек.

**24. Безопасной дистанцией при движении по сухой дороге на длинномерном транспортном средстве можно считать расстояние, которое автомобиль пройдет не менее чем за:**

1. 2 сек.

2. 3 сек.

3. 4 сек.

**25. Как следует поступить водителю, если во время приближения к регулируемому перекрестку на светофоре замигал зеленый сигнал светофора?**

1. Увеличить скорость движения и проехать перекресток как можно быстрее.

2. Продолжить движение с прежней скоростью и при включении запрещающего сигнала светофора предпринять все меры для остановки транспортного средства.

3. Плавно снизить скорость и остановиться.

**26. Как следует поступить водителю, если во время движения по дороге он видит, что обгоняющий автомобиль не успевает завершить маневр?**

1. Увеличить скорость движения.

2.Продолжить движение с прежней скоростью.

3.Плавно снизить скорость и дать возможность водителю обгоняющего автомобиля вернуться на свою полосу.

**27. Как следует поступить водителю, если при движении по главной дороге в плотном потоке водитель автомобиля на второстепенной дороге просит Вас пропустить его?**

1.Продолжить движение с прежней скоростью пользуясь преимуществом в движении.

2.Ускориться и уменьшить дистанцию до впереди идущего автомобиля, чтобы водитель со второстепенной дороги не вклинился в поток.

3.Снизить скорость и пропустить автомобиль.

**28. Как следует поступить водителю, если при движении по второстепенной дороге Вам дали возможность влиться в плотный поток главной дороги?**

1.Остановиться и выйдя из автомобиля поблагодарить водителя пропустившего Вас.

2.Включить аварийную сигнализацию и мигнуть 2-3 раза в знак благодарности.

**29. Как следует поступить водителю, если во время движения по дороге Вы увидели на проезжей части посторонний предмет, представляющий опасность для движения?**

1.Оценить обстановку вокруг своего автомобиля чтобы безопасно объехать опасный предмет.

2.Объехать посторонний предмет, лежащий на дороге.

3.Оценить обстановку на дороге и выбрав место для остановки остановиться и убрать посторонний предмет с проезжей части.

**30. Как следует поступить водителю, если во время движения по дороге Вы увидели в зеркале заднего вида «шашечника», двигающегося на большой скорости?**

1.Увеличить скорость движения и постараться оторваться от него.

2.Продолжить движение с прежней скоростью, усилить контроль за маневрами этого автомобиля.

3.Снизить скорость, по возможности занять правую полосу и отстать от такого водителя.