

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ

Матвійчук Тетяна Фартівна
кандидат педагогічних наук, доцент

Навчальна дисципліна «ПСИХОЛОГІЯ»

Практичне заняття 4

ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ

| | |
|-----------------------------|------------------------------------|
| Рівень вищої освіти | – Перший (бакалаврський) рівень |
| Ступінь вищої освіти | – Бакалавр |
| Галузь знань | – 24 «Сфера обслуговування» |
| Спеціальність | – 241 «Готельно-ресторанна справа» |
| Освітня програма | – 241 «Готельно-ресторанна справа» |

Тема 4. Психічні процеси.

Відчуття

План:

1. Поняття про відчуття. Значення відчуттів у житті людини, їх походження.
2. Фізіологічні основи відчуттів. Фізичні властивості середовища, які породжують відчуття різної модальності.
3. Класифікація та види відчуттів і їхня характеристика.
4. Закономірності та властивості відчуттів

Теми доповідей:

1. Поняття про відчуття. Фізіологічні основи відчуттів.
2. Значення відчуттів у житті людини, їх походження
3. Класифікація та види відчуттів і їхня характеристика. Закономірності та властивості відчуттів.
4. Зв'язок відчуттів з властивостями зовнішнього і внутрішнього середовища організму.
5. Психофізіологічні механізми формування відчуттів.
6. Зміна чутливості аналізаторів та її причини

Практична частина заняття: робота з психологічними методиками.

Питання для самостійного опрацювання:

1. Дайте визначення відчуттям та назвіть види відчуттів.
2. У чому полягає фізіологічна основа відчуттів?
3. З яких частин складаються аналізатори?
4. За якими ознаками класифікують відчуття?
5. Назвіть властивості відчуттів.
6. Які є пороги відчуттів?
7. Розкрийте сутність адаптації та її видів.
8. В чому полягає сутність сенсibiliзації?

9. Поясніть значення відчуттів для людини

Сприймання

План:

1. Поняття про сприймання, його фізіологічна основа.
2. Властивості та індивідуальні особливості сприймання.
3. Класифікація та види сприймання. Сприймання та спостереження.

Темі доповідей:

1. Особливості професійної спостережливості на прикладі різних професій.
2. Розвиток сенсорної культури особистості.
3. Спільне та відмінне у сприйнятті та відчуттях, їхня роль у життєдіяльності людини.
3. Зв'язок сприймання та моторики людини. Активний характер відчуттів і сприймань у взаємодії людини із середовищем.
4. Розвиток спостережливості у дітей.

Практична частина заняття: робота з психологічними методиками.

Питання для самостійного опрацювання:

1. Дайте характеристику сприйманню як пізнавальному психічному процесу.
2. Доведіть, що сприймання є пізнавальним психічним процесом.
3. Які види сприймання ви знаєте?
4. Яку роль відіграє соціальна перцепція у розумінні психологічної сутності інших людей? Обґрунтуйте відповідь.
5. Дайте характеристику загальним властивостям сприймання.
6. У чому проявляється апперцепція? Наведіть приклади.
7. Які чинники впливають на виникнення ілюзій сприймання?
8. У чому проявляються індивідуальні відмінності у сприйманні?
9. Яким чином відбувається розвиток сприймання у дітей?

10. Які умови важливо створювати в процесі виховання дітей для розвитку сприймання?

Увага

План:

1. Поняття про увагу, її фізіологічну основу.
2. Роль та значення уваги в житті і діяльності людини. Функції уваги.
3. Види уваги, їхня характеристика.
4. Властивості уваги та особливості їх взаємодії.

Теми доповідей:

1. Види уваги, їхня характеристика.
2. Властивості уваги та особливості їх взаємодії.
3. Вікові та індивідуальні особливості уваги.
4. Функції уваги в навчально-виховному процесі.
5. Умови ефективного формування уважності; способи організації і керування увагою особистості.
6. Вікові та індивідуальні особливості уваги, умови розвитку послідовної уваги.
7. «Нижчі» і «вищі» форми уваги, етапи розвитку уваги у дітей.

Практична частина заняття: робота з психологічними методиками.

Питання для самостійного опрацювання:

1. Дайте визначення уваги. Розкрийте фізіологічну основу уваги.
2. Поясніть значення уваги для людини.
3. Назвіть види уваги та наведіть приклади.
4. Назвіть основні форми уваги, поясніть їх суть та наведіть приклади.
5. Розкрийте основні властивості уваги.
6. Наведіть приклад стійкості уваги.

7. Наведіть приклад переключення уваги.
8. Яким чином розвивається увага дитини?
9. Сформулюйте рекомендації з розвитку уваги, управління нею.

Уява

План:

1. Поняття про уяву. Її фізіологічна основа.
2. Процеси створення образів уяви.
3. Класифікація і види уяви.
4. Функції та індивідуальні особливості уяви.
5. Розвиток та виховання уяви у дітей.

Темати доповідей:

1. Роль уяви в житті та професійній діяльності людини.
2. Становлення творчої професійної діяльності, співвідношення творчості і професіоналізму.
3. Психологічні особливості спільної творчої діяльності.
4. Уява та індивідуальна творчість.
5. Використання продуктів уяви в особистісних та проєктивних тестах.
6. Вплив уяви на стан організму.

Практична частина заняття: робота з психологічними методиками.

Питання для самостійного опрацювання:

1. Розкрийте сутність поняття «уява».
2. Чим зумовлена уява як специфічно людський психічний процес?
3. Назвіть основні функції та характеристики уяви.
4. Які ви знаєте види уяви?
5. У чому полягає принципова відмінність між образами репродуктивної та продуктивної уяви?

6. У чому полягає принципова відмінність художньої, технічної та наукової уяви?
7. Охарактеризуйте сновидіння як суб'єктивно пережиті уявлення.
8. У чому полягають особливості мрії як різновиду творчої уяви?

Пам'ять

План:

1. Поняття про пам'ять. Роль та місце пам'яті в системі психічних процесів.
2. Фізіологічні та біохімічні процеси пам'яті.
3. Класифікація та різновиди пам'яті. Взаємозв'язок і взаємодія різних видів пам'яті.
4. Процеси та індивідуальні особливості пам'яті. Кількісні та якісні характеристики пам'яті.

Теми доповідей:

1. Розвиток пам'яті у філо- й онтогенезі.
2. Фактори, що впливають на розвиток пам'яті.
3. Особистість, пам'ять і мотивація.
4. Порушення пам'яті та їхні наслідки.
5. Найважливіші теорії пам'яті в психологічній науці.
6. Індивідуальні особливості пам'яті і здібності людини.
7. Шляхи, прийоми і засоби тренування та покращання пам'яті.

Практична частина заняття: робота з психологічними методиками.

Питання для самостійного опрацювання:

1. Що таке пам'ять? Яку роль відіграє пам'ять у житті людини?
3. За якими принципами пам'ять поділяють на види?
4. Дайте характеристику видам пам'яті за психічною активністю.
5. У чому полягає відмінність між короткочасною та оперативною пам'яттю?

6. Які процеси пам'яті ви знаєте? У чому полягають їхні функції?
7. Якими є головні умови продуктивного запам'ятовування?
8. У чому проявляються індивідуальні особливості пам'яті?
9. Які мнемонічні прийоми запам'ятовування ви використовуєте у навчальній діяльності?
10. Які чинники впливають на розвиток пам'яті?

Мислення

План:

1. Поняття про мислення як вищу форму пізнавальної діяльності.
2. Основні теорії мислення. Концепції розвитку мислення в онтогенезі.
3. Мислительні процеси та операції, їхня характеристика.
4. Види мислення, їхні особливості та характер взаємодії.
5. Індивідуальні особливості мислення.
6. Основні етапи процесу вирішення мисленнєвих задач. Проблемна ситуація і задача.

Теми доповідей:

1. Проблема генетичного зв'язку мислення і мовлення. Мовлення як матеріальна основа мислення.
2. Мовлення і знаково-символічна природа вищих психічних функцій.
3. Альтернативні підходи до розвитку мислення.
4. Зв'язок між коефіцієнтом інтелекту і життєвими успіхами.
5. Поняття штучного інтелекту: проблема створення і функціонування.
6. Особистісні властивості творчої людини: проблеми і шляхи розвитку творчого мислення.

Практична частина заняття: робота з психологічними методиками.

Питання для самостійного опрацювання:

1. Назвіть основні ознаки мислення?
2. Які фізіологічні основи мислення?
3. Які є види мислення?
4. Які існують мисленнєвої операції?
5. У чому полягає різниця між наочно-дійовим і наочно-образним мисленням?
6. Мислення називають аналітико-синтетичною діяльністю. Поясніть, чому?
7. У чому полягає відмінність індуктивного мислення від дедуктивного?
8. Поясніть зв'язок мислення і мовлення людини.
9. Які способи розвитку мислення ви знаєте і використовуєте у житті?
10. Які фактори впливають розвиток мислення?

Мовлення

План:

1. Вербальні і невербальні засоби спілкування.
2. Фізіологічні механізми мовної діяльності
3. Види та функції мови і мовлення
4. Функції і форми спілкування.
5. Умови, шляхи і прийоми розвитку мовлення та оволодіння навичками спілкування.

Темати доповідей:

1. Відмінності між мовою і мовленням.
2. Мова як суспільно-історичне явище.
3. Специфіка гносеологічного, семантичного, лінгвістичного і психологічного аспектів, проблеми мови і мовлення.
4. Особливості, шляхи, прийоми і способи формування успішного професійного спілкування.
5. Основні стилі спілкування та їхня ефективність у різних видах діяльності.

Практична частина заняття: робота з психологічними методиками.

Питання для самостійного опрацювання:

1. Охарактеризуйте мову як суспільне явище.
2. Яка мовна функція є пріоритетною? Розкажіть про її вияви.
3. Розкрийте зміст поняття «мовленнєва діяльність».
4. Якими психологічними механізмами забезпечується мовленнєва діяльність?
5. Яке значення має довготривала пам'ять у процесі мовленнєвої діяльності?
6. Яка роль мовлення в процесі мислення?
7. У чому полягає сутність взаємозв'язку мови і мовлення?
8. Які процеси охоплює акт мовленнєвого спілкування?
9. Назвіть основні види мовленнєвої діяльності.
10. У чому спільність і своєрідність процесів зовнішнього та внутрішнього мовлення?
11. Назвіть основні етапи розвитку мовлення дитини.
12. Дайте визначення психолінгвістики як галузі психологічного вчення.

Емоції та почуття

План:

1. Поняття про емоції та почуття, їхня фізіологічна основа.
2. Теорії емоцій.
3. Види емоцій і почуттів, їхня характеристика.
4. Загальні властивості емоцій і почуттів.
5. Форми переживання емоцій і почуттів.

Теми доповідей:

1. Зв'язок емоцій і почуттів з потребами людини.
2. Емоції, почуття та людська індивідуальність.
3. Роль емоцій і почуттів у сфері людських взаємин.
4. Вияв емоцій та почуттів в художній творчості.
5. Зв'язок моторики з емоційною сферою людини.

1. Теорії емоцій, характеристика цих теорій.
3. Розвиток та формування емоційної сфери дітей.

Практична частина заняття: робота з психологічними методиками.

Питання для самостійного опрацювання:

1. У чому полягає відмінність між емоціями та почуттями?
2. За якими ознаками можна констатувати, що людина перебуває в стані емоційного збудження?
3. Як об'єктивні та суб'єктивні чинники можуть впливати на настрій?
4. Якими є головні ознаки афекту?
5. Які ознаки характеризують пристрасті як форму переживання почуттів?
6. Чому моральні, інтелектуальні, естетичні та практичні почуття належать до вищих почуттів?
7. Чи можна вважати, що експресивні рухи - єдиний прояв емоційних станів людини?
8. Охарактеризуйте види емоцій.
9. Дайте загальну характеристику окремих видів емоцій: афект, фрустрація, настрій, стрес.
10. Розкрийте фізіологічні механізми емоцій.
11. Дайте характеристику почуттів.
12. Назвіть функції емоцій.
13. Які особливості проявлення емоцій в ранньому дитячому віці?

Воля

План:

1. Поняття про волю. Основні ознаки волі як психічного явища.
2. Функції волі: емоційно-вольова регуляція поведінки.
3. Воля як вища психічна функція. Структура простого та складного вольового акту.

4. Класифікація та характеристика базальних і системних вольових якостей.

Теми доповідей:

1. Значення волі в організації діяльності і спілкування людини.
2. Зв'язок вольової регуляції поведінки з боротьбою мотивів, потребами і цілями людини. Воля і рефлексія.
3. Проблема взаємозв'язку високого рівня свідомості та «сили волі» особистості.
4. Умови розвитку і формування та особливості виховання вольової активності людини.
5. Розлади складної вольової дії: чинники і наслідки.
6. Психолого-філософський аналіз проблеми «свободи волі» як усвідомленої необхідності.
7. Дитячі ігри та їхня роль у розвитку волі людини.

Практична частина заняття: робота з психологічними методиками.

Питання для самостійного опрацювання:

1. Охарактеризуйте волю як психічний процес.
2. Які функції притаманні волі?
3. Які типи критеріїв волі Ви знаєте?
4. Що таке локус контролю?
5. Яким чином здійснюються вольові дії?
6. Які ознаки вольових дій?
7. У чому полягає вольове регулювання поведінки?
8. Дайте визначення поняття «вольові якості особистості».
9. Як можна визначити силу і слабкість волі людини?
10. Які вікові особливості розвитку та виховання вольової активності людини існують?

Рекомендована література

1. Введение в психологию / Под общ. ред. А.В. Петровского. — М.: Академия, 1996. - 496 с.
2. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібник. — К.: Каравела, 2005. - 280 с.
3. Дрозденко К.С. Загальна психологія в таблицях і схемах: Навч. посібник. — К.: ВД «Професіонал», 2004. — С. 92–97.
4. Загальна психологія: Навч. посібник / О. Скрипченко, Л. Долинська, З. Огороднійчук та ін. — К.: Просвіта, 2005. - 464 с.
5. Збірник завдань із загальної психології / За ред. проф. В.С. Мерліна. — К.: Вища школа, 1977. - 231 с.
6. Матвійчук Т. Ф. Психологія : навчально-методичний посібник / Т. Ф. Матвійчук. – Львів : Галич-Прес, 2018. – 75 с.
7. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. посіб. - К.: Вища школа, 2000. -479 с.
8. Немов Р.С. Психология: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3-х кн. — Кн. 1: Общие основы психологии. — 2-е изд.— М.: Владос, 1998.
9. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяконов Г.В. Практикум із загальної психології / За ред. Т.І. Пашукової. — К.: Знання, КОО, 2006. - 203 с.
10. Психологія: Навч. посіб. / О.В. Винославська, О.А. Брусенко. — К.: ІНКОС, 2005. - 352 с.
11. Психологія / Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук. — К.: Либідь, 2003. - 560 с.
12. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. — М.: ВЛАДОС, 2001. — Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения. — 480 с. .
13. Сапогова Е.Е. Задачи по общей психологии: Учеб. пособие для вузов. — М.: Аспект Пресс, 2001. - 447 с.
14. Степанов О.М., Фіцула М.М. Основи психології і педагогіки: Посібник. — К.: Академвидав, 2003. - 504 с.
15. Цимбалюк І.М., Яницька О.Ю. Загальна психологія. — К.: ВД Професіонал, 2004. - 304 с.

16. Шостак В.І. Природа наших відчуттів. — К.: Рад. шк., 1989. - 118 с.