

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие . . . . .	3
Глава I. Понятие о психофизиологическом содержании трудовых процессов и общая характеристика условий труда . . . . .	7
1. Физиология и психология труда как научные дисциплины, понятие об условиях труда . . . . .	7
2. Научное прогнозирование изменений в содержании труда и его условиях в связи с научно-техническим прогрессом . . . . .	10
3. Научная организация труда и задачи физиологии и психологии труда . . . . .	13
Глава II. Мозг как орган управления трудовой деятельностью человеческого организма . . . . .	18
1. Строение нервной системы . . . . .	18
2. Возбуждение и торможение как основные физиологические процессы нервной системы и исполнительных органов . . . . .	21
3. Сигнальные системы действительности . . . . .	22
4. Системный принцип в деятельности мозга . . . . .	32
5. Позо-двигательный аппарат как исполнительский отдел в деятельности мозга . . . . .	41
6. Речь как внешнее выражение второй сигнальной системы . . . . .	49
Глава III. Мыслительная деятельность . . . . .	53
1. Мышление . . . . .	54
2. Восприятие . . . . .	60
3. Внимание . . . . .	61
4. Память . . . . .	65
5. Нервно-психическое напряжение и эмоции . . . . .	67
6. Умственный труд . . . . .	77
Глава IV. Утомление и восстановление работоспособности . . . . .	81
1. Утомление . . . . .	81
2. Восстановительная функциональная система . . . . .	87
3. Функции жизнеобеспечения во время трудовой деятельности человека . . . . .	96

4. Различная степень максимальной мобилизации работоспособности и интегральный способ ее измерения . . . . .	100
5. Кривая работоспособности и ее стадии . . . . .	109
<b>Глава V. Профессиональный подбор и производственное обучение . . . . .</b>	<b>116</b>
1. Научные основы профессионального подбора . . . . .	116
2. Виды профессионального подбора . . . . .	123
3. Обучение производственным навыкам и их упражнение . . . . .	124
4. Динамический стереотип . . . . .	130
<b>Глава VI. Психофизиологические предпосылки организации рабочего места . . . . .</b>	<b>134</b>
1. Организация двигательного режима . . . . .	134
2. Антропометрические и биомеханические данные . . . . .	139
3. Монотонность на конвейерно-поточном производстве . . . . .	140
4. Условия высокой эффективности умственной деятельности . . . . .	146
5. Труд по управлению сложными техническими системами и инженерными устройствами . . . . .	148
<b>Глава VII. Культура на производстве и производственная эстетика . . . . .</b>	<b>155</b>
1. Микроклимат, запыленность и загазованность производственной среды . . . . .	155
2. Шум и вибрация . . . . .	164
3. Освещение производственных помещений . . . . .	168
4. Общий физиологический механизм неблагоприятного влияния санитарно-гигиенических факторов на работоспособность . . . . .	171
5. Производственная эстетика . . . . .	175
6. Функциональная музыка . . . . .	176
7. Цвет и формообразование в производственной эстетике . . . . .	180
<b>Глава VIII. Режимы труда и отдыха . . . . .</b>	<b>185</b>
1. Внутрисменный режим труда и отдыха . . . . .	186
2. Суточные режимы труда и отдыха . . . . .	193
3. Недельные режимы труда и отдыха . . . . .	196
4. Годовые режимы труда и отдыха . . . . .	198
<b>Глава IX. Классификация работ по тяжести . . . . .</b>	<b>199</b>
1. Физиологические и эргономические критерии оценки тяжести работы . . . . .	199
2. Интегральный критерий тяжести работы . . . . .	217
3. Профессиональные и производственно-обусловленные заболевания . . . . .	218
4. Медико-физиологическая классификация работ по их влиянию на человеческий организм . . . . .	221
<b>Заключение . . . . .</b>	<b>226</b>