

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования**

«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА

Кафедра Спортивных дисциплин

Образовательная программа
49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки

Физкультурное образование

Уровень высшего образования
бакалавр

Форма обучения
Очная, заочная

Статус дисциплины:
Входит в обязательную часть ОПОП

Махачкала
2021 г.

Рабочая программа дисциплины «Психология физической культуры и спорта» составлена в 2021 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» от 19.09.2017 №940.

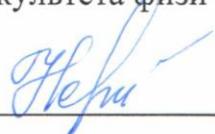
Разработчик(и): Вагабова Н.М., к.ф.н., доцент

Рабочая программа дисциплины одобрена:

на заседании кафедры от «25» 06 2021 г., протокол № 7

Зав. кафедрой спортивных дисциплин, профессор Рустамов А.Ш. 

на заседании Методической комиссии факультета физической культуры и спорта от «28»
06 2021 г., протокол № 7.

Председатель доцент Новикова Н.Б. 

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением

«09» 07 2021/г.

Начальник УМУ  Гасангаджиева А.Г.

Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Психология физической культуры и спорта» входит в обязательную часть ОПОП бакалавриата по направлению 49.03.01 Физическая культура. Дисциплина реализуется на факультете Физической культуры и спорта кафедрой спортивных дисциплин.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с изучением и совершенствованием (вплоть до максимально возможного для данного индивида) физических, психических и функциональных возможностей человека, с разработкой и утверждением принципов активного и здорового образа жизни, их практической реализации средствами физической культуры и спорта, направленных на формирование личности, ее приобщение к общечеловеческим ценностям, ценностям физической культуры и спорта.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника:

универсальных – УК- 3,6»

общепрофессиональных – ОПК-1,3,4,8,9,14.

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости в форме опроса, тестовых заданий, контрольной работы и промежуточный контроль в форме зачета и экзамена.

Объем дисциплины 10зачетных единиц, в том числе в академических часах по видам учебных занятий – 360 ч.

ДО

Семестр	Учебные занятия							СРС, в том числе экзамен	контроль	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе:									
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					всего			
		всего	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР				
2	108	36	18		18			72		зачет
3	108	54	18		36			54		зачет
4	144	50	18		32		36	58		экзамен
	360	140	54		86		36	184		Зачет, экзамен

ОЗО

Семестр	Учебные занятия							СРС, в том числе экзамен	контроль	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе:									
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					всего			
		всего	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР				
3	180	12	6		6			164	4	зачет
4	180	16	8		8			155	9	экзамен
	360	28	14		14			319	13	Зачет, экзамен

1. Цели освоения дисциплины

Программа разработана для специалистов в области физической культуры и спорта, чья профессиональная деятельность невозможна без психологических знаний, и таким образом будет способствовать:

- повышению общей и психолого-педагогической культуры;
- формированию целостного представления о психологических особенностях человека как факторах успешности его деятельности;
- умению самостоятельно мыслить и предвидеть последствия собственных действий;
- самостоятельно учиться и адекватно оценивать свои возможности;
- самостоятельно находить оптимальные пути достижения цели и преодоления жизненных трудностей.

Цель курса «Психология физкультуры и спорта» — усилить профессиональную подготовку учителей физической культуры и спортивных тренеров.

Основная задача психологии физической культуры — помочь рационально решить практические вопросы общеобразовательного, образовательного и воспитательного характера на основе анализа психологических сторон деятельности в физическом воспитании.

Программа курса разработана для студентов бакалавриата, чья психологическая культура и педагогическая компетентность войдут органичными составными частями в структуру их будущей профессиональной деятельности.

ной деятельности. Знания по психологии помогут формированию целостного представления студента о личностных особенностях человека как факторе успешности овладения и осуществления им учебной и профессиональной деятельностью, будут способствовать развитию умений учиться, культуры умственного труда, самообразования; позволят более эффективно принимать решения с опорой на знание психологической природы человека и общества.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина «Психология физической культуры и спорта» входит в обязательную часть ОПОП бакалавриата по направлению 49.03.01 Физическая культура.

Учебная дисциплина «Психология физической культуры и спорта» является профилирующей дисциплиной в системе профессионального физкультурного образования. Профилирующее и ведущее имеет прежде всего педагогическую направленность, следовательно, предполагает:

- изучение и совершенствование физических, психических и функциональных возможностей человека;
- разработку и утверждение принципов активного и здорового образа жизни;
- практическую реализацию принципов средствами физической культуры и спорта в процессе формирования личности, ее приобщения к общечеловеческим ценностям, ценностям физической культуры и спорта.

Дисциплина логически связана с такими курсами как теория и методика физвоспитания, анатомия, физиология, педагогика ФКиС. Совместно с данными дисциплинами психология физической культуры формирует ряд профессиональных компетенций. Знания, умения и навыки, приобретенные в ходе изучения данного курса, помогут студентам в преподавательской и тренерской работе с разными возрастными категориями.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения).

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций (в соответствии с ОПОП)	Планируемые результаты обучения
<p>УК-3. Командная работа и лидерство</p> <p>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</p>	<p>УК-3.1. Знает различные приемы и способы социализации личности и социального взаимодействия.</p>	<p>Знает: проблемы подбора эффективной команды; основные условия эффективной командной работы; модели организационного поведения, факторы формирования организационных отношений; стратегии и принципы командной работы, основные характеристики организационного климата и взаимодействия людей в организации; методы психологического исследования в области управления; способы установления контактов и поддержания взаимодействия с субъектами образовательного процесса в условиях поликультурной образовательной среды.</p> <p>Умеет: определять стиль управления и эффективность руководства командой; вырабатывать командную стратегию; применять принципы и методы организации командной деятельности; использовать методы психологической диагностики для решения различных задач в области образования; учитывать различные контексты (социальные, культурные, национальные), в которых протекают образовательные процессы.</p> <p>Владеет: технологией реализации основных функций управления; способностью создания команды, организации и управления командным взаимодействием в решении поставленных целей и задач; умением работать в команде; способами осуществления психологической поддержки и сопровождения; способами предупреждения неадекватного поведения и правонарушений.</p>
	<p>УК-3.2. Различает особенности поведения разных групп людей, с которыми работает/ взаимодействует, учитывает их в своей деятельности</p>	<p>Знает: особенности поведения разных групп людей; особенности социального партнёрства в системе образования и научно-исследовательской деятельности.</p> <p>Умеет: взаимодействовать с разными группами людей; выборочно и системно анализировать взаимоотношения между коллегами в своей образовательной и (или) научно-исследовательской деятельности.</p> <p>Владеет: способностью осуществлять свою деятельность с учетом особенностей поведения разных групп людей; способами взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса; способами проектной и инновационной деятельности в образовании и научных исследованиях.</p>
	<p>УК-3.3. Демонстрирует навыки работы с институтами и организациями</p>	<p>Знает: психологические особенности группы, основы стратегического управления человеческими ресурсами; модели организационного поведения, факторы формирования организационных отношений; способы профессионального самопознания и саморазвития.</p> <p>Умеет: определять стиль управления и эффективность руководства командой; вырабатывать командную стратегию; анализировать и интерпретировать результаты научного исследования в области управления человеческими ресурсами; применять принципы и методы организации командной деятельности; подбирать методы и методики исследования профессиональных практических задач; учитывать во взаимодействиях в коллективе различные особенности коллег.</p> <p>Владеет: умением работать в команде; технологией реализации основных функций управления; способностью разрабатывать командную стратегию и управлять командным взаимодействием в решении поставленных целей; определенными навыками работы в условиях командного взаимодействия в своей проектной деятельности в области образования и научных исследований.</p>
<p>УК-6. Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)</p>	<p>УК-6.1 Оценивает свои ресурсы (личностные, психофизиологические, ситуативные, временные), возможности и ограничения для достижения поставленной цели, оценивает эффективность использования своего времени</p>	<p>Знает: теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности; основные научные школы психологии и управления; технологию и методику самооценки; теоретические основы акмеологии, уровни анализа психических явлений; сущность деятельностного подхода в исследовании личностного развития</p> <p>Умеет: определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабаты-</p>

Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни		вать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач Владеет: навыками определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; способами принятия решений на уровне собственной профессиональной деятельности и навыками ее планирования
	УК-6.2 Реализует намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда.	Знает: цели своей деятельности, личностные возможности Умеет: критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач и относительно полученного результата Владеет: способностью критически оценивать полученные результаты
	УК-6.3 Выстраивает траекторию саморазвития, демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.	Знает: необходимые возможности для приобретения новых знаний и навыков Умеет: выстраивать траекторию саморазвития Владеет приемами и техниками психической саморегуляции, техниками владения собой и своими ресурсами
ОПК-1. Планирование ОПК-Г. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	ОПК-1.1 определяет морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;	Знает: - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста психологию человека с учетом половых и возрастных особенностей (основы психологических знаний и понятийный аппарат, описывающий познавательную, эмоционально-волевую, мотивационную и регуляторную сферы психического, проблемы личности, мышления, общения и деятельности, образования и саморазвития); закономерности проявления и развития психики в специфических условиях физического воспитания и спортивной деятельности. Умеет: четко и обосновано формулировать сведения о психологических особенностях личности учащегося в возрастном и половом аспектах и с учетом влияния специфических спортивных нагрузок; объяснить и использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и жизни; использовать основные положения и принципы психологии. Владеет: навыками работы с учебной и учебно-методической литературой; навыками психологической саморегуляции в сфере физической культуры. - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.
	ОПК-1.2 Способен дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастного-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;	Знает как дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастного-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; Умеет планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей ИВС. Владеет: способностью осуществлять свою деятельность с учетом особенностей поведения разных групп людей, определением задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;
	ОПК 1.3 Способен планировать учебно-тренировочный занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	Знает особенности планирования учебно-тренировочный занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; Умеет планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); Владеет планированием мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
Обучение и	ОПК-3.1 Способен ориентироваться в общих положениях и требованиях нор-	Знает: - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для

<p>развитие ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p>мативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС. 	<p>оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности детей, одаренных в ИВС; - Умеет использовать - основы обучения спортивным и подвижным играм; - Владеет организацией физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацией досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способами повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - психолого-педагогическими приемами активации познавательной активности занимающихся
	<p>ОПК - 3.2. Способен подготовить, проведение физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся. 	<p>Знает подготовку проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализирования и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - Знает: цели своей деятельности, личностные возможности - Умеет: критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач и относительно полученного результата - Владеет: способностью критически оценивать полученные результаты - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных
	<p>ОПК-3.3.Способен осуществлять выполнение упражнения, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося;</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения- проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. 	<p>Знает выполнение упражнений, развитие физических качеств и воспитанию личности учащегося;</p> <ul style="list-style-type: none"> - составление упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - Умеет проведением фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - Владеет проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
<p>Обучение и развитие ОПК-4. .Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>ОПК-4.1. Способен овладеть</p> <ul style="list-style-type: none"> - историей развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологией, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - целью, задачей и содержанием курса ИВС; - техникой спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средствами и методами техникой и тактической подготовки в ИВС; - методикой обучения техники спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средствами и методами физической подготовки в ИВС; - воспитательной возможностью занятий ИВС; 	<p>Знает историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - цель, задачи и содержание курса ИВС; - Умеет использовать средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической подготовки в ИВС; - воспитательные возможности занятий ИВС; - Владеет спецификой проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - спецификой деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта
	<p>ОПК-4.2 Способен</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; 	<p>Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - Умеет - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; - контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; - Владеет возможностями - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.

	<p>ОПК-4.3. Способен осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося. 	<p>Знает методы</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; <p>Умеет проводить учебно-тренировочные занятия по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося</p> <p>Владеет подготовкой материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС;</p>
<p>ОПК-8.Профилактика допинга)</p> <p>ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга</p>	<p>ОПК-8.1. Способен осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий. 	<p>Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; <p>Умеет осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; <p>Владеет международными этическими нормами в области противодействия применению допинга;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планами антидопинговых мероприятий.
	<p>ОПК-8.2. Способен</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга. 	<p>Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; <p>Умеет выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам;</p> <ul style="list-style-type: none"> - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; <p>Владеет изучением и систематизированием информации для разработки антидопинговых программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатываем аналитических материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.
	<p>ОПК-8.3. Способен осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; 	<p>Знает выбор формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; <p>Умеет осуществлять выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; <p>Владеет разработкой и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов

<p>Контроль и анализ ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>ОПК-9.1- Способен определять</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; <p>Умеет определять методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</p> <ul style="list-style-type: none"> - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; <p>Владеет основными слагаемыми педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретаций полученных данных, их фиксации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.
	<p>ОПК-9.2- Способен</p> <ul style="list-style-type: none"> - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. 	<p>Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; <p>Умеет</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - Владеет методами оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - использовать методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.
	<p>ОПК-9.3. Способен осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС. 	<p>Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - способы контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; <p>Умеет применять методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; <p>Владеет методами применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.
<p>ОПК-14. Организационно-методическое обеспечение</p> <p>Способен</p>	<p>ОПК-14.1. Способен определять</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного 	<p>Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в орга-

<p>осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>процесса в организации дополнительно-го образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации;</p>	<p>низации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; Умеет определять содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; Владеет показателями, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - особенностями оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>
	<p>ОПК-14.2. Способен - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</p>	<p>Знает - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; Умеет анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; Владеет анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</p>
	<p>ОПК-14.3. Способен определять - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</p>	<p>Знает - проведение педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС; Умеет разработки методического обеспечения тренировочного процесса; Владеет планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</p>

4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 10 зачетных единиц, 360 академических часов.

4.2. Структура дисциплины.

ДО

№ п/п	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам) Всего часов
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия			
Модуль 1. Основы общей и социальной психологии									
1	Тема 1. Предмет психологии. Психика и мозг.	2		2	2			8	Опрос, КР, тесты
2	Тема 2. Психология деятельности и общения	2		2	2			8	Опрос, КР, тесты
3	Тема 3. Психология группы и конфликта	2		2	2			8	
	Итого по модулю 1	2		6	6			24	36

Модуль 2. Познавательные, эмоциональные и волевые процессы									
1	Тема 4. Психические познавательные процессы	2		4	4			12	Опрос, КР, тесты
2	Тема 5. Эмоционально-волевая сфера личности	2		2	2			12	Опрос, КР, тесты
3	Итого по модулю 2	2		6	6			24	36
Модуль 3. Психология личности и индивидуальности									
1	Тема 6. Психология личности.	2		2	2			6	Опрос, КР, тесты
2	Тема 7. Психология личности в группе Лидерство и руководство	2		2	2			10	Опрос, КР, тесты
3	Тема 8. Индивидуально-психологические свойства личности: темперамент, характер, способности.	2		2	2			8	Опрос, КР, тесты, реферат
4	Итого по модулю 3	2		6	6			24	36
5	Итого за 2 семестр	2		18	18			72	108 зачет
Модуль 4. Психология физкультуры									
1	Тема 9. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы). Особенности мотивации учебно-физкультурной деятельности	3		2	4			4	Опрос, КР, тесты
2	Тема 10. Развитие познавательных психических процессов в физическом воспитании	3		2	6			8	Опрос, КР, тесты
3	Тема 11. Психологические основы обучения двигательным действиям	3		2	2			6	Опрос, КР, тесты
4	Итого по модулю 4	3		6	12			18	36
Модуль 5. Психология личности субъектов учебной деятельности на уроках физической культуры									
1	Тема 12. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития детей и подростков	3		2	6			4	Опрос, КР, тесты
	Тема 13. Психология личности школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры	3		2	4			4	Опрос, КР, тесты
2	Тема 14. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физического воспитания	3		2	4			8	Опрос, КР, тесты
3	Итого по модулю 5	3		6	14			16	36
Модуль 6. Психология спорта									
1	Тема 15. Спорт как специфический вид человеческой деятельности. Особенности мотивации спортивной деятельности	3		2	2			6	Опрос, КР, тесты
2	Тема 16. Психология спортивного отбора	3		2	4			8	Опрос, КР, тесты

3	Тема 17. Психологические особенности деятельности и личности тренера	3		2	4			8	Опрос, КР, тесты
4	Итого по модулю 6	3		6	10			22	36
5	Итого за 3 семестр	3		18	36			54	108 зачет
Модуль 7. Психология личности и коллектива в спорте									
1	Тема 18. Психологические основы обучения, воспитания и формирования личности в спорте	4		2	2			6	Опрос, КР, тесты
2	Тема 19. Психологические особенности личности спортсмена	4		2	4			8	Опрос, КР, тесты
3	Тема 20. Психологические особенности спортивного коллектива	4		2	2			8	Опрос, КР, тесты
4	Итого по модулю 7	4		6	8			22	36
Модуль 8. Психология спортивной деятельности									
1	Тема 21. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте	4		2	4			6	Опрос, КР, тесты
2	Тема 22. Психология спортивного соревнования.	4		2	4			6	Опрос, КР, тесты
3	Тема 23 Психические состояния в спортивной деятельности	4		2	4			10	Опрос, КР, тесты
4	Итого по модулю 8	4		6	12			22	36
Модуль 9. Психологические основы обучения и совершенствования в спорте									
1	Тема 24. Психологические основы физической, технической, тактической и волевой подготовки	4		2	6			8	Опрос, КР, тесты
2	Тема 25. Психологические основы управления процессом спортивной подготовки	4		2	2			4	
3	Тема 26. Психологическая подготовка спортсменов и команд	4		2	4			6	Опрос, КР, тесты
4	Итого по модулю 9			6	12			18	36
Модуль 10. Подготовка к экзамену									
1	Экзамен	4						36	
2	Итого по модулю 10	4						36	36
3	Итого за 4 семестр	4		18	32			94	144 Экзамен
4	Итого за год			54	86			220	360

ОЗО

№ п/п	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации
-------	---------------------------	---------	-----------------	--	------------------------	--

				Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия			(по семестрам) Всего часов
Модуль 1. Основы общей и социальной психологии									
1	Тема 1. Предмет психологии. Психика и мозг.	2		1				11	Опрос, КР, тесты
2	Тема 2. Психология деятельности и общения	2						12	Опрос, КР, тесты
3	Тема 3. Психология группы и конфликта							12	
	Итого по модулю 1	2		1				35	36
Модуль 2. Познавательные, эмоциональные и волевые процессы									
1	Тема 4. Психические познавательные процессы	2		1	1			18	Опрос, КР, тесты
2	Тема 5. Эмоционально-волевая сфера личности	2		1	1			14	Опрос, КР, тесты
3	Итого по модулю 2	2		2	2			32	36
Модуль 3. Психология личности и индивидуальности									
1	Тема 6. Психология личности.	2		1	1			10	Опрос, КР, тесты
2	Тема 7. Психология личности в группе Лидерство и руководство	2						12	Опрос, КР, тесты
3	Тема 8. Индивидуально-психологические свойства личности: темперамент, характер, способности.	2			1			11	Опрос, КР, тесты, реферат
4	Итого по модулю 3	2		1	2			33	36
Модуль 4. Психология физкультуры									
1	Тема 9. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы). Особенности мотивации учебно-физкультурной деятельности	3		1				6	Опрос, КР, тесты
2	Тема 10. Развитие познавательных психических процессов в физическом воспитании	3			1			8	Опрос, КР, тесты
3	Тема 11. Психологические основы обучения двигательным действиям	3						8	Опрос, КР, тесты
4	Тема 12. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития детей и подростков	3						12	Опрос, КР, тесты
5	Итого по модулю 4	3		1	1			34	36
Модуль 5. Психология личности субъектов учебной деятельности на уроках физической культуры									
1	Тема 13. Психология личности школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры	3						16	Опрос, КР, тесты
2	Тема 14. Психологическая характеристика деятельности и	3		1	1			18	Опрос, КР, тесты

	личности учителя физическо-го воспитания								
3	Итого по модулю 5	3		1	1			34	36
4	Итого за 3 семестр	3		6	6			168	180 зачет
Модуль 6 . Психология спорта									
1	Тема 15. Спорт как специфический вид человеческой деятельности. Особенности мотивации спортивной деятельности	4		1	1			7	Опрос, КР, тесты
2	Тема 16 . Психология спортивного отбора	4			1			12	Опрос, КР, тесты
3	Тема 17. Психологические особенности деятельности и личности тренера	4		1	1			12	Опрос, КР, тесты
4	Итого по модулю 6	4		2	3			31	36
Модуль 7. Психология личности и коллектива в спорте									
1	Тема 18. Психологические основы обучения, воспитания и формирования личности в спорте	4						10	Опрос, КР, тесты
2	Тема 19. Психологические особенности личности спортсмена	4		1	1			12	Опрос, КР, тесты
3	Тема 20. Психологические особенности спортивного коллектива	4		1				11	Опрос, КР, тесты
4	Итого по модулю 7	4		2	1			33	36
Модуль 8. Психология спортивной деятельности									
1	Тема 21. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте	4		1				6	Опрос, КР, тесты
2	Тема 22. Психология спортивного соревнования.	4		1	1			11	
3	Тема 23 Психические состояния в спортивной деятельности	4		1	1			14	
4	Итого по модулю 8	4		3	2			31	36
Модуль 9. Психологические основы обучения и совершенствования в спорте									
1	Тема 24. Психологические основы физической, технической, тактической и волевой подготовки	4		1	2			12	Опрос, КР, тесты
2	Тема 25. Психологические основы управления процессом спортивной подготовки	4						11	
3	Тема 26. Психологическая подготовка спортсменов и команд	4						10	Опрос, КР, тесты
4	Итого по модулю 9	4		1	2			33	36
Модуль 10. Подготовка к экзамену									
1	Экзамен	4						36	
2	Итого по модулю 10	4						36	36
3	Итого за 4 семестр	4		8	8			164	180

									Экзамен
	Итого за год			14	14			332	360

4.3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам).

Модуль 1. Основы общей и социальной психологии

Тема 1. Предмет психологии. Психика и мозг

Предмет психологии. Основные этапы развития представлений о предмете психологии. Общепсихологические принципы и их характеристика: принцип детерминизма, принцип единства сознания и деятельности, принцип развития психики, сознания и деятельности. Психика как свойство высокоорганизованной живой материи. Основные функции человеческой психики: отражательная, ориентировочная, прогностическая, регуляторная, адаптационная. Основные свойства психического отражения: правильность, активность, субъективность, рефлексивность.

Строение головного мозга. Основные функциональные блоки мозга, их связь с психическими процессами и роль в управлении поведением. Энергетический блок тонуса коры. Блок приема, переработки и хранения информации. Блок программирования, регуляции и контроля деятельности.

Сознание как высший уровень психического отражения и высший уровень саморегуляции. Структура и характеристики сознания.

«Я-концепция» или самосознание. Сознание и самосознание. Основные характеристики и функции самосознания. Содержание самосознания: черты характера, способности, внутренний душевный мир, особенности внешности, поступки и т.д. Рефлексия как способность человека выделять себя как самостоятельную и отличную от всего окружающего мира реальность.

Сознание и неосознаваемые психические процессы.

Тема 2. Психология деятельности и общения

Общее понятие о деятельности. Субъект деятельности. Понятие о потребностях, их виды. Мотивы и цели деятельности. Понятие интериоризации как перехода совместноразделенной деятельности ребенка и взрослого во внутреннюю деятельность. Понятие об экстериоризации как обогащении общественного опыта в результате творческой деятельности субъекта.

Структура деятельности. Структура и взаимодействие навыков. Возникновение умений. Привычки и их роль в поведении человека. Основные виды деятельности: игра, учение и труд. Ведущие виды деятельности, их классификация в разные возрастные периоды.

Понятие об общении. Многоплановый характер общения — коммуникативная, интерактивная и перцептивная сторона общения. Единство общения и деятельности.

Содержание, цели и средства общения. Вербальное и невербальное общение. Общение и деятельность как интеллектуально и личностно развивающие человека формы социальной активности, взаимно дополняющие друг друга.

Тема 3. Психология группы и конфликта

Понятие группы в социальной психологии. Групповое поведение и деятельность. Композиция и структура группы. Группы и их классификация. Виды групп: условные и реальные, большие и малые, официальные и неофициальные и др. Типология групп по уровню их развития: диффузные группы, просоциальные ассоциации, асоциальные ассоциации, корпорации, коллективы.

Малая группа и ее структурная организация. Классификация малых групп. Групповые феномены: конформизм, групповая сплоченность, лидерство и руководство, процесс принятия групповых решений, совместная деятельность. Структура малой группы. Позиция, статус, внутренняя установка и роль.

Коллектив как высшая форма развития группы. Коллектив в его психологических отличиях от других групп. Пять стадий сплочения коллектива. Основные отношения в коллективе: нравственность, ответственность, коллективизм, открытость, контактность, организованность, информированность. Становление малой группы как коллектива.

Психология конфликта. Социально-психологический аспект конфликта. Структура и динамика развития конфликтов. Функции конфликта. Виды конфликта. Типы конфликтов. Основные дисфункциональные последствия конфликтов.

Понятие межличностного конфликта. Объективная конфликтная ситуация и конфликтное поведение. Предпосылки возникновения и закономерности осознания конфликтной ситуации как фактор конфликтного взаимодействия. Стратегии поведения в конфликте и исходы конфликтного взаимодействия. Конструктивная и деструктивная функции межличностного конфликта. Специфика межличностного конфликта в группе: роль "третьих лиц" в возникновении, протекании и разрешении конфликта. Межгрупповые конфликты и социально-психологические явления: деиндивидуализация, межгрупповое сравнение, внутригрупповой фаворитизм, групповая атрибуция.

Анализ конфликта. Формула конфликта. Конфликтогены, их типы. Управление конфликтами. Формы регулирования конфликтов. Способы регуляции и разрешения межличностных конфликтов. Переговоры как способ разрешения конфликтов. Посредничество в переговорном процессе.

Модуль 2. Познавательные, эмоциональные и волевые процессы

Тема 4. Психические познавательные процессы

Внимание. Явления и определение внимания, его функции. Различные виды внимания. Непроизвольное (первичное) внимание и побуждающие его факторы. Поисковый и исследовательский виды деятельности — процессы произвольного внимания. Факторы, обуславливающие произвольное внимание. Произвольное (вторичное) внимание. Особенности, условия возникновения и поддержания произвольного внимания, психологические механизмы произвольного внимания. Послепроизвольное внимание. Условия его возникновения. Свойства внимания: объем, распределение, концентрация, устойчивость, переключаемость. Отвлекаемость. Рассеянность. Развитие внимания.

Ощущение. Понятие об ощущениях. Значение ощущений в жизни человека. Общее представление о классификациях ощущений. Интероцептивные, проприоцептивные и экстероцептивные ощущения. Контактные и дистантные ощущения. Понятие о модальности ощущений. Понятие чувствительности, абсолютного и относительного порога ощущений. Изменчивость абсолютного и относительного порогов ощущений: факторы, влияющие на их величину (адаптация, сенсбилизация, синестезия, компенсация и др.). Индивидуальные особенности ощущений. Развитие ощущений.

Восприятие. Понятие о восприятии. Отличие восприятия от ощущений. Основные свойства образа восприятия: предметность, обобщенность, целостность, константность, избирательность. Факторы, определяющие интеграцию ощущений в целостные зрительные образы. Классификация по модальности. Классификация по форме существования материи: пространство, время, движение. Предмет и фон в восприятии.

Представление Понятие о представлении. Отличие представления от восприятия. Типы представлений: представления памяти и представления воображения. Классификация представлений. Основные характеристики и функции представлений.

Память. Значение памяти. Физиологические механизмы памяти. Классификации видов памяти по различным основаниям. Основные процессы памяти: запечатление, сохранение, узнавание, воспроизведение и забывание. Понятие ассоциаций и ее основные виды: по смыслу, смежности, сходству и контрасту.

Закономерности памяти, обуславливающие запоминание (характер материала, его организации, место в деятельности, последовательность, установки, мотивация, эмоциональные реакции и т.п.), забывание (время сохранения, торможение, интерференция и т.п.) и воспроизведение (мнемонические системы). Законы памяти.

Мышление и речь. Природа и основные виды мышления. Основные характеристики мышления. Понятие об интеллекте. Взаимосвязь мышления и речи. Классификация мышления: теоретическое, практическое. Особенности основных типов мышления — понятийного, наглядно-образного, наглядно-действенного.

Основные формы мышления. Понятие. Суждение. Умозаключение как высшая форма мышления. Логические операции мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, обобщение, конкретизация.

Воображение. Понятие о воображении, его основные отличия от образов памяти и восприятия. Воображение как процесс преобразования представлений. Роль воображения в жизни человека. Индивидуальные особенности воображения и его развития. Воображение и мышление.

Виды воображения: активное, пассивное, продуктивное, репродуктивное — их особенности. Мечта. Пространственное воображение. Сновидения, галлюцинации и грезы как виды воображения.

Основные функции воображения: активизация наглядно-образного мышления, управление эмоционально-потребностными состояниями, произвольная регуляция познавательных процессов, создание и реализация внутреннего плана действий, программирование поведения, управление физиологическими состояниями.

Тема 5. Эмоционально-волевая сфера личности

Эмоциональные явления и процессы. Основные характеристики эмоций. Фундаментальные эмоции человека (по Изарду). Формы протекания эмоций. Стенические и астенические эмоции. Амбивалентность эмоций. Эмоции успеха-неуспеха. Связь эмоций и потребностей человека. Основные функции эмоций: коммуникативная, регулятивная, сигнальная, мотивационная, оценочная, стимулирующая, защитная.

Чувства и их виды. Формы протекания чувств: эмоции в узком смысле слова, настроение, аффект, страсть, стресс, фрустрация. Аффекты, их биологическое значение. Отличительные признаки аффекта. Основные характеристики настроений. Стресс: причины возникновения, методы предупреждения и борьбы. Индивидуальное своеобразие эмоций и чувств.

Воля, ее основные признаки и функции. Участие воли на разных этапах регуляции деятельности (от ее инициации до завершающего контроля). Природа волевого действия и его структура. Понятие мотива и мотивации. Мотивация и воля. Мотивация и деятельность. Мотивация достижения успеха. Мотивация избегания неудачи. Критерии воли и волевого поведения личности: приложение усилий, преодоление внутреннего барьера, наличие продуманного плана действий, сосредоточение внимания на выполняемом действии, отсутствие непосредственного удовлетворения, принятие решений и их реализация. Содержание, цели и характер волевого действия. Решительность и процесс принятия и исполнения волевого решения.

Первичные волевые качества личности (сила воли, настойчивость, выдержка), вторичные (решительность, смелость, самообладание, уверенность), третичные (ответственность, дисциплинированность, обязательность, принципиальность, деловитость, инициативность). Основные направления развития воли. Воля и формирование высших психических функций человека. Роль речи в развитии воли. Воспитание и самовоспитание у детей волевых качеств личности.

Модуль 3. Психология личности и индивидуальности

Тема 6. Психология личности.

Определение и содержание понятия «личность». Человек, личность, субъект, индивид, индивидуальность. Индивид, личность, индивидуальность — понятия, при помощи которых человек характеризуется в целом, в совокупности многих его свойств. Основные понятия, характеризующие личность: социальная ситуация, статус, позиция, роль.

Структура личности: направленность, способности, темперамент, характер. Динамическая структура личности К.К. Платонова. Понятие о направленности личности. Основные формы направленности: влечение, желание, стремление, интересы, склонности, идеалы, убеждения. Структура направленности личности (потребности, мотивы, личностные смыслы, ценности, значения). Основные механизмы самосознания (самооценка, уровень притязаний, Я-концепция, самоотношение, локус контроля, психологическая защита).

Тема 7. Психология личности в группе Лидерство и руководство

Личность и групповая психология. Самооценка и групповая оценка личности. Эффективность деятельности личности в группе. Социометрический и референтометрический статус личности в группе. Лидерство и руководство как феномен управления процессом жизнедеятельности группы. Теории лидерства. Компоненты лидерства и типология лидеров. Стили лидерства и руководства (авторитарный, демократический,

либеральный). Феномены лидерства. Руководитель в организации. Критерии оценки эффективности руководства. Психологические требования к руководителю. Критерии оценки эффективности руководства. Принципы руководства, обеспечивающие "лучший путь" регулирования

Тема 8. Индивидуально-психологические свойства личности: темперамент, характер, способности.

Темперамент. Темперамент как природный биологический уровень личности. Развитие представлений о темпераменте (Гиппократ, Э. Кречмер, У. Шелдон, И.П. Павлов). Свойства нервной системы как основа темперамента. Учение И.П. Павлова. Сила возбуждения и торможения, уравновешенность и подвижность нервных процессов. Типы нервной системы по И.П. Павлову. Психологические свойства темперамента (активность, темп, продуктивность, возбудимость, тормозимость, переключаемость) и психологическая характеристика типов темперамента. Связь темперамента и индивидуального стиля деятельности. Темперамент и способности. Свойства темперамента: экстраверсия - интроверсия; нейротизм-стабильность; ригидность-пластичность, импульсивность - произвольность и др.

Характер. Характер как инструментальный уровень личности. Сущность и структура характера. Характер как система наиболее устойчивых черт личности, проявляющих себя в различных видах деятельности, общения и взаимодействия человека с окружающими людьми. Характер и темперамент. Типология характера: нормальный, акцентуированный и патологичный типы характера. Типы акцентуаций по К. Леонгарду и А.Е. Личко. Характер и мотивация поведения. Характер и воля человека. Характер и защитные механизмы. Формирование характера.

Способности. Общее представление о способностях. Виды способностей и их структура. Взаимосвязь и взаимная компенсация разных способностей. Понятие задатков. Задатки как природные и социально сформированные предпосылки для развития способностей более высокого уровня. Качественная и количественная характеристика способностей. Одаренность. Мастерство и талант. Гениальность.

Модуль 4. Психология физкультуры

Тема 9. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы). Особенности мотивации учебно-физкультурной и спортивной деятельности

Единство двух культур: физической и психической. Психологическая составляющая и ее значение в общей культуре человека. Понятие о предмете психологии физического воспитания. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании и ее отличие от спортивной деятельности. Связь психологии физического воспитания с общей психологией и другими отраслями психологии. Связь психологии физического воспитания с теорией и методикой физического воспитания.

Задачи психологической науки в области физического воспитания и массовой физической культуры: формирование потребности в ежедневном выполнении физических упражнений, в физической нагрузке; развитие мотивов, интереса к участию в массовых физкультурных мероприятиях; воспитание ответственности за состояние своего здоровья как общественного достояния и его укрепление средствами физической культуры; разработка психологических основ пропаганды в области массовой физической культуры.

Мотивация, способы выполнения, результаты спортивной деятельности. Классификация мотивов спортивной деятельности. Непосредственные и опосредованные мотивы спортивной деятельности. Динамика развития мотивов, побуждающих к занятиям спортом спортивной деятельности. Связь развития мотивации на протяжении спортивной карьеры со спортивной направленности личности.

Мотивы, побуждающих заниматься спортом (Б.Дж. Кретти): стремление к стрессу и его преодоление; он отмечает, что бороться, чтобы преодолевать препятствия, подвергать себя воздействию стресса, изменять обстоятельства и добиваться успеха — это один из мощных мотивов спортивной деятельности; стремление к совершенству; повышение социального статуса; потребность быть членом спортивной команды, группы, частью коллектива; получение материальных поощрений; стремление быть мужественным; формирование характера.

Тема 10. Развитие психических процессов в физическом воспитании

Развитие психических процессов, двигательных качеств как взаимосвязанный процесс. Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов.

Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой. Значение общего положительного эмоционального фона для успеха занятий физической культурой.

Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры: интерес к физической культуре, правильная постановка задач урока, создание положительного эмоционального фона, оптимальная загруженность школьников на уроке.

Тема 11. Психологические основы обучения двигательным действиям

Решение общеобразовательных задач на занятиях физической культурой. Специфические психологические особенности воспитательных задач на занятиях физкультурой: развитие и поддержание потребности в движении; формирование интересов и мотивов к занятиям физическими упражнениями: поддержание чувства удовлетворенности от двигательной активности, его значение для формирования положительной мотивации и интересов к занятиям физической культурой.

Модуль 5 . Психология личности субъектов учебной деятельности на уроках физической культуры

Тема 12. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития детей и подростков

Решение общеобразовательных задач на занятиях физической культурой. Специфические психологические особенности воспитательных задач на занятиях физкультурой: развитие и поддержание потребности в движении; формирование интересов и мотивов к занятиям физическими упражнениями: поддержание чувства удовлетворенности от двигательной активности, его значение для формирования положительной мотивации и интересов к занятиям физической культурой.

Тема 13. Психологические основы обучения, воспитания и формирования личности школьника как

субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры

Физическое воспитание как деятельность и его психологическая характеристика. Мотивы и их роль в физическом воспитании. Структура двигательной деятельности: произвольные действия и произвольные операции, мотивы, значения и задача. Ориентирующая, регулирующая и моделирующая функция сознания в физическом воспитании.

Ученик — субъект учебной деятельности. Мотивационная сфера школьника. Самосознание школьника. Эмоциональная сфера школьника. Волевая сфера школьника. Типические особенности личности школьников. Понятие об индивидуальности и развитие ее в физическом воспитании.

Тема 14. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физического воспитания

Общие психологические особенности деятельности учителя физического воспитания. Мотивы, цели и общие требования к педагогической деятельности и личности. Объективные и субъективные трудности в деятельности учителя физической культуры. Психологическая структура деятельности учителя.

Основные функции, формы деятельности и педагогические способности учителя физкультуры. Умения, стили педагогической деятельности и авторитет учителя физкультуры

Психологическая структура деятельности учителя физической культуры. Психологические основы педагогического такта. Культура речи, общения с учениками. Психологическая характеристика личности учителя физической культуры и индивидуальный стиль деятельности. Контроль учителем сложившихся в классе взаимных требований и оценок, самооценок и самоутверждения личности в коллективе, психологического соперничества и соревнования, взаимопонимания, готовности к сопереживанию и сочувствию, взаимным внушениям и подражанию. Лидерство и коллективные традиции в классе, их учет в процессе занятий физической культурой в школе.

Модуль 6 . Психология спорта

Тема 15. Спорт как специфический вид человеческой деятельности. Особенности мотивации спортивной деятельности

Предмет, цели и задачи психологии спорта. Специфика спорта. Средства спортивной деятельности: способы и условия деятельности. Объективные и субъективные условия деятельности спортсмена. Индивидуальный стиль деятельности спортсмена. Три группы факторов развития спортсмена: Общие условия и требования спортивной деятельности; Специфические условия и требования избранного вида спорта; Индивидуальные (единичные) условия спортивной деятельности.

Особенности мотивации и классификация мотивов учебно-физкультурной и спортивной деятельности.

Тема 16. Психология спортивного отбора

Понятие о психологических аспектах спортивного отбора на различных ее этапах.

Выявление общих способностей юных спортсменов к спортивной деятельности в определенной группе видов спорта по уровню протекания психофизиологических и психических процессов, углубленных характеристик психологических особенностей спортсменов, соответствующих требованиям конкретного вида спорта. Прогнозирование успешности их выступления в этом виде спорта по уровню развития волевых, эмоциональных, интеллектуальных, сенсорных и социально-психологических качеств на, втором этапе спортивной селекции. Психодиагностика готовности спортсменов к участию в конкретном соревновании на основе индивидуальных психологических характеристик на третьем этапе отбора.

Основные методологические принципы спортивного отбора. Система психологического отбора спортсменов.

Тема 17. Психологические особенности деятельности и личности тренера

Основные функции тренера как официального руководителя: информационная, обучающая, воспитательная, руководящая, административная. Содержание этих функций. Место каждой функции в деятельности тренера. Индивидуально-психологические особенности личности тренера: нравственные качества, черты темперамента и характера, особенности волевой сферы. Влияние тренера на формирование личности спортсмена и успешность спортивной деятельности команды. Педагогические способности тренера.

Стиль деятельности тренера. Стиль руководства коллективом команды. Особенности авторитарного (директивного), демократического (коллегияльного) и либерального (попустительского) стили управления командой. Характер отношений спортсменов и тренера при том или ином стиле руководства. Понятие индивидуального стиля руководства командой. Стиль управления и успешность спортивной деятельности команды.

Модуль 7. Психология личности и коллектива в спорте

Тема 18. Психологические основы обучения, воспитания и формирования личности в спорте

Тема 19. Психологические особенности личности спортсмена

Связь особенностей личности с успешностью спортивной деятельности. Спорт и личность. Общее и специфическое в складе личности. Гражданская и спортивная направленность спортсмена. Отличительные черты личности, характеризующие спортсменов.

Физиологические факторы эффективности подготовки: влияние свойств нервной системы (силы, подвижности, динамичности, лабильности) на успешность спортивной деятельности. Психологические факторы подготовки: когнитивные элементы подготовки; взаимосвязь целеустремленности, инициативности, смелости, эмоциональной устойчивости, экстра- и интровертированности, силы воли с результативностью спортивной деятельности.

Специфические черты спортивного характера: спокойствие (хладнокровие), уверенность, в себе, боевой дух.

Тема 20. Психологические особенности спортивного коллектива

Специфика психологической структуры спортивного коллектива. Формальная (или официальная) структура спортивной команды. Особенности распределения спортивных ролей. Характер субординационных отношений внутри команды. Роль коллектива в воспитании спортсменов и формировании у них активной жизненной позиции. Понятие о неформальной структуре спортивной команды. Взаимоотношение между формальной и неформальной структурами спортивной команды. Психологические особенности руководства спортивным коллективом.

Организация неформальной структуры команды как отражение интерперсональной зависимости между спортсменами. Проблема лидерства в спорте. Лидер как неофициальный руководитель спортивной команды, его взаимоотношение с тренером. Основные функции лидерства, их интеграция. Классификация типов лидерства. Индивидуально-психологические особенности спортивных лидеров.

Модуль 8. Психология спортивной деятельности

Тема 21. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте

Общие психологические особенности учебно-тренировочного процесса. Психологические особенности совершенствования двигательных действий в спортивной тренировке. Психические напряжения и перенапряжения в учебно-тренировочном процессе, его признаки.

Психологические особенности адаптации спортсмена в условиях учебно-тренировочного процесса. Психологические основы индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.

Тема 22. Психология спортивного соревнования

Соревнование как основной вид спортивной деятельности, как процесс борьбы за достижение высших спортивных результатов. Психологические особенности спортивного соревнования.

Цели, задачи, мотивация, борьба за победу, стремление к рекордным достижениям, соперничество, высокая общественная и личная значимость соревнования, проверка собственных способностей и уровня подготовленности.

Тема 23. Психические состояния в спортивной деятельности

Предсоревновательные, соревновательные и постсоревновательные состояния спортсменов. Оптимизация этих состояний.

Динамика психических состояний (стресс-факторы). Стресс-факторы спортивной деятельности. Предсоревновательные стресс-факторы: предшествующие плохие тренировочные и соревновательные результаты; конфликты с тренером, товарищами по команде или в семье; положение фаворита перед соревнованиями; плохой сон за день или за несколько дней до старта; плохое оснащение соревнований; предыдущие неудачи; завышенные требования; длительный переезд к месту соревнований; постоянные мысли о необходимости выполнения поставленной задачи; незнакомый противник; предшествующие поражения отданного противника.

Соревновательные стресс-факторы: неудачи на старте; необъективное судейство; отсрочка старта; упрёки во время соревнования; повышенное волнение; значительное превосходство соперника; неожиданно высокие результаты соперника; зрительные, акустические и тактильные помехи; реакция зрителей; плохое физическое самочувствие; болевой финишный синдром, страх смерти.

Психические состояния тренировки: утомление, психическая депривация, монотония, психическое пресыщение, тревога, депрессия, гиперпрозекция, психомоторная персеверация, прострация и средствами их профилактики.

Психические состояния соревнования: (ОБС), фрустрация, болевой финишный синдром (БФС), психосоматический срыв, эмоциональная персеверация. Три специфических компонента оптимального боевого состояния: физический — совокупность физических качеств и соответствующих им ощущений в организме (сила, гибкость, легкость, расслабленность, чувство свободного, глубокого дыхания, хорошей работы сердца и т.д.); эмоциональный — для данной деятельности уровень эмоционального возбуждения и направленности эмоций и чувств; мыслительный.

Особые состояния сознания спортсмена: гипнотическое состояние, медитативное состояние, транс, состояние идеального выступления, командно-психическое состояние. Психическая готовность к соревновательной деятельности

Модуль 9. Психологические основы обучения и совершенствования в спорте

Тема 24. Психологические основы физической, технической, тактической и волевой подготовки

Понятие о психологических основах физической подготовки спортсмена. Психологическая характеристика физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости. Специализированные восприятия физических качеств, их взаимодействие и связь с двигательными навыками. Развитие физических качеств спортсменов в связи с их спецификой в различных видах спорта.

Понятие о психологических аспектах техники физических упражнений и технической подготовке спортсмена. Современное представление о системе управления движениями. Психические процессы, участвующие в управлении движениями. Специализированные восприятия и пути их развития. Программирующая, регулирующая и тренирующая функции представления движений.

Психологические особенности двигательных навыков в спорте. Роль идеомоторных актов в регуляции двигательных действий. Психологические особенности двигательных реакций в спорте.

Понятие о психологических аспектах тактики в спорте и тактической подготовки спортсмена. Тактика в спорте как высшая психическая регуляция двигательных действий. Психологические особенности тактической подготовки спортсмена.

Психологические особенности тактического мышления в спортивной деятельности; его сущность и значение в выполнении спортивных действий. Развитие тактического мышления спортсмена.

Специфика препятствий и трудностей в спортивной деятельности. Мобилизующие и организующие волевые усилия спортсмена. Основные задачи волевой подготовки спортсмена.

Формирование важнейших волевых качеств спортсменов: целеустремленности, решительности, смелости, настойчивости, выдержки, самообладания, инициативности, дисциплинированности. Общее и специализированное развитие волевых качеств. Самовоспитание воли спортсмена. Основные приемы психической саморегуляции.

Тема 25. Психологические основы управления процессом спортивной подготовки

Психологические основы управления процессом спортивной подготовки. Технология психологического управления подготовкой спортсмена. Программа 1. Выведение спортсмена на оптимальный уровень психологической стабильности. Программа 2. Формирование психической надежности спортсмена в соревновательных условиях. Программа 3. Выведение спортсмена (команды) на пик спортивной формы.

Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованию. Управление состоянием и поведением спортсмена. Специальная психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Признаки состояния психической готовности к соревнованию. Система звеньев психологической подготовки к конкретному соревнованию

Тема 26. Психологическая подготовка спортсменов и команд. Психогигиена и психопрофилактика в спорте

Психологическая подготовка спортсмена к продолжительному тренировочному процессу. Средства управляющих воздействий в процессе психологической подготовки. Психологические факторы надежности спортсмена.

Процесс воспитания в структуре общей психологической подготовки спортсмена. Основные методы воздействия на спортсмена. Процесс самовоспитания в структуре общей психологической подготовки спортсмена.

Понятие о психогигиенической и психопрофилактической работе в спорте. Понятие о динамике состояний спортсмена в реальных условиях напряженной тренировочной и соревновательной деятельности. Система комплексной регистрации данных для изучения динамики состояний спортсмена. Понятие о психореабилитации. Методы восстановления психической работоспособности. Система психокорректирующей работы.

Темы практических занятий

2 семестр

Модуль 1. Основы общей и социальной психологии

Практическое занятие 1

Тема 1. Предмет психологии. Психика и мозг

1. Предмет и задачи психологии. Житейская и научная психология.
2. Методологические принципы психологии. Классификация методов психологии. Основные отрасли психологии, их характеристика.
3. История развития психологического знания. Место психологии в системе наук.

Психика и мозг

1. Понятие о психике, ее функции. Явления бессознательного. Психика и мозг: соотношение физиологического в деятельности мозга.
2. Понятие о сознании. Функции и характеристики сознания.
3. Понятия о самосознании, его структура, особенности и функции.

Практическое занятие 2

Тема 2. Психология деятельности и общения

1. Понятие о деятельности, ее структура и процессы.
2. Виды человеческой деятельности, их характеристика.
3. Компоненты деятельности: навыки, умения, привычки.
4. Общение как базовая категория в психологии. Структура, функции и виды общения.
5. Стороны общения.
6. Виды и техника слушания.

Практическое занятие 3

Тема 3. Психология группы и конфликта

1. Понятие о группе, ее признаки. Классификация групп.
2. Социально-психологическая структура группы. Групповые феномены
3. Малые группы. Классификация малых групп. Коллектив, его признаки. Пять стадий развития коллектива.

Психология конфликта

1. Конфликт, его структура и динамика.
2. Виды и типы конфликтов и их функции.
3. Стратегии поведения в конфликте. Принципы управления конфликтным процессом. Исходы конфликта.

Модуль 2. Познавательные, эмоциональные и волевые процессы

Практическое занятие 4

Тема 4. Психические познавательные процессы

Внимание

1. Общая характеристика внимания. Функции внимания.
2. Свойства и виды внимания, их характеристика.

Сенсорно-перцептивные процессы (ощущение и восприятие)

1. Понятие об ощущении. Функции ощущений.
2. Классификация ощущений.

3. Общие свойства и закономерности ощущений.
4. Понятия о восприятии, свойства и функции.
5. Классификация восприятия

Память

1. Понятие о памяти и её функциях. Индивидуальные различия памяти
2. Классификации видов памяти.
3. Характеристика процессов памяти: запоминания, сохранения, воспроизведения и забывания.
4. Законы памяти.

Практическое занятие 5

Тема 4. Психические познавательные процессы

Мышление и речь.

1. Мышление как познавательная деятельность. Индивидуальные особенности мышления.
2. Мышление как продуктивный процесс. Суждение, умозаключение и понятие как продукты мышления.
3. Виды мышления, их характеристика.
4. Мышление и речь.
5. Функции, свойства и виды речи.

Воображение и творчество

1. Понятия о воображении, его функции.
2. Виды воображения. Приёмы творческого воображения.

Практическое занятие 6

Тема 5. Эмоционально-волевая сфера личности

1. Основные характеристики и функции эмоций. Основные эмоциональные состояния (по Изарду). Виды высших чувств.
2. Формы переживания чувств у человека, их характеристика.
3. Понятие воли, ее функции. Внешние и внутренние препятствия.
4. Структура волевого действия. Волевые черты личности.
5. Мотивация, ее виды.

Модуль 3 . Психология личности и индивидуальности

Практическое занятие 7

Тема 6. Психология личности.

1. Понятия о человеке как системе. Индивид, субъект, личность, индивидуальность. Структура личности.
2. Направленность личности, ее формы. Установка, ее компоненты. Я-концепция, ее виды.
3. Социализация личности: виды, формы, психологические механизмы.

Практическое занятие 8

Тема 7. Психология личности в группе Лидерство и руководство

1. Личность и групповая психология.
2. Лидерство и руководство как феномен управления процессом жизнедеятельности группы. Теории лидерства. Компоненты лидерства и типология лидеров.
3. Руководитель в организации. Стили управления коллективом.

Практическое занятие 9

Тема 8. Индивидуально-психологические свойства личности: темперамент, характер, способности.

Темперамент

1. Понятие о темпераменте, его компоненты и свойства. Теории темперамента, их краткая характеристика.
2. Физиологические основы темперамента (по Павлову И.П.). Общие типы темперамента. Общие психологические характеристики темперамента.
3. Индивидуальный стиль деятельности и темперамент.

Характер

1. Понятие о характере. Характер и личность. Характер и темперамент.
2. Структура характера. Симптомокомплекс черт характера.
3. Типологии характеров. Акцентуации характера: понятие, отличия от психопатий, краткая характеристика типов акцентуаций характера.

Способности

1. Понятие способностей. Задатки и способности.
2. Количественная и качественная характеристика способностей. Понятия «зона актуального развития», «зона ближайшего развития».
3. Общие и специальные способности. Одаренность. Талант, Гениальность.

3 семестр

Модуль 4 . Психология физкультуры

Практическое занятие 1

Тема 9. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы). Особенности мотивации учебно-физкультурной деятельности

1. Предмет психологии физического воспитания, цели и задачи.
2. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта
3. Место психологии ФКиС в системе наук.

Практическое занятие 2

Тема 9. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи). Особенности мотивации учебно-физкультурной и спортивной деятельности

1. Психологический анализ физической культуры как деятельности
2. Особенности мотивации учебно-физкультурной деятельности
3. Педагогическая направленность психологии физического воспитания

Практическое занятие 3

Тема 10. Развитие психических процессов в физическом воспитании

1. Развитие познавательных процессов детей на уроках физкультуры.
2. Развитие внимания на уроках физкультуры.

Практическое занятие 4

Тема 10. Развитие психических процессов в физическом воспитании

1. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.
2. Типы восприятия. Развитие наблюдательности
3. Развитие памяти на уроках физкультуры.

Практическое занятие 5

Тема 10. Развитие психических процессов в физическом воспитании

1. Развитие мышления на уроках физкультуры.
2. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры
3. Дидактические принципы организации педагогического процесса на уроках физической культуры

Практическое занятие 6

Тема 11. Психологические основы обучения и воспитания

1. Психологические основы формирования двигательного навыка
2. Навыки, умения, привычки. Виды навыков.
3. Возрастные особенности воспитания двигательных навыков

Модуль 5 . Психология личности субъектов учебной деятельности на уроках физической культуры

Практическое занятие 7

Тема 12. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития детей и подростков

1. Культурно–историческая концепция Л.С. Выготского о развитии психических функций
2. Сензитивные периоды развития двигательных функций.
3. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития младенческого возраста.
4. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития раннего детства.

Практическое занятие 8

Тема 12. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития детей и подростков

1. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития детей дошкольного возраста.
2. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития детей младшего школьного возраста.

Практическое занятие 9

Тема 12. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития детей и подростков

1. Кризисы психического развития.
2. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития, подростков
3. Психологическая характеристика возрастных периодов физического развития юношей.

Практическое занятие 10

Тема 13. Психологические основы обучения, воспитания и формирования личности школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры

1. Ученик — субъект учебной деятельности на уроках физвоспитания.
2. Мотивационная сфера школьника
3. Самосознание школьника

Практическое занятие 11

Тема 13. Психологические основы обучения, воспитания и формирования личности школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры

1. Эмоциональная сфера школьника
2. Волевая сфера школьника
3. Типические особенности личности школьников
4. Понятие об индивидуальности, ее развитие на уроках физкультуры

Практическое занятие 12

Тема 14. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физического воспитания

1. Основные функции и формы деятельности учителя физкультуры.
2. Способности, необходимые учителю физической культуры
3. Умения учителя физической культуры

Практическое занятие 13

Тема 14. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физического воспитания

1. Психологическая структура деятельности учителя физической культуры
2. Стиль деятельности учителя физической культуры
3. Авторитет учителя физической культуры

Модуль 6. Психология спорта

Практическое занятие 14

Тема 15. Спорт как специфический вид человеческой деятельности

1. Спорт как специфический вид человеческой деятельности. Структура спортивной деятельности, ее три блока: мотивация, средства и результаты деятельности.
2. Интегральная характеристика блока средств -индивидуальный стиль деятельности
3. Мотивация, способы выполнения, результаты спортивной деятельности. Классификация мотивов спортивной деятельности.

Практическое занятие 15

Тема 16. Психология спортивного отбора

1. Цели, методологические принципы профессионального отбора в спорте
2. Этапы профессионального отбора в спорте

Практическое занятие 16

Тема 16. Психология спортивного отбора

1. Специальные способности и критерии профпригодности в спорте.
2. Система психологического отбора в спорте.
3. Психоспортограмма спортсмена

Практическое занятие 17

Тема 12. Психологические особенности деятельности и личности тренера

1. Структура личности тренера. Рольевые позиции тренера
2. Педагогические способности тренера
3. Стиль деятельности тренера.

Практическое занятие 18

Тема 12. Психологические особенности деятельности и личности тренера

1. Педагогический авторитет тренера
2. Комплекс требований к личности тренера.
3. Готовность к деятельности и психическое состояние тренера

4 семестр

Модуль 7. Психология личности и коллектива в спорте

Практическое занятие 1

Тема 18. Психологические основы обучения, воспитания и формирования личности в спорте

1. Психологическая характеристика воспитания в спорте.
2. Процесс воспитания в структуре общей психологической подготовки спортсмена
3. Нравственная подготовка спортсмена.
4. Воспитание спортивного характера

Практическое занятие 2

Тема 19. Психологические особенности личности спортсмена

1. Психологическая характеристика личности спортсмена. Структура личности спортсмена
2. Формирование личности в спорте: механизмы, стратегии и факторы ее воспитания.

Практическое занятие 3

Тема 20. Психологические особенности спортивного коллектива

1. Социально-психологическая структура спортивной группы (формальная и неформальная). Признаки, качества спортивного коллектива.
2. Особенности распределения спортивных ролей. Роль коллектива в воспитании спортсменов и формировании у них активной жизненной позиции.

Практическое занятие 4

Тема 20. Психологические особенности спортивного коллектива

1. Психологические особенности руководства спортивным коллективом.
2. Проблема лидерства в спорте. Классификация типов лидерства. Индивидуально-психологические особенности спортивных лидеров

Модуль 8. Психология спортивной деятельности

Практическое занятие 5

Тема 21. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте

1. Общие психологические особенности учебно-тренировочного процесса
2. Структура тренировочного процесса:

Практическое занятие 6

Тема 21. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте

1. Психологические особенности совершенствования двигательных действий в спортивной тренировке.
2. Структура нравственная подготовка спортсмена

Практическое занятие 7

Тема 22. Психология спортивного соревнования.

1. Соревнование как основной вид спортивной деятельности.
2. Психологические особенности спортивного соревнования.
3. Предсоревновательная подготовка к конкретному соревнованию.

Практическое занятие 8

Тема 15. Психология спортивного соревнования

1. Специальная психологическая интеллектуальная подготовка спортсмена
2. Предстартовая подготовка спортсмена.
3. Постсоревновательная подготовка спортсмена

Практическое занятие 9

Тема 23. Психические состояния в спортивной деятельности

1. Актуальные отрезки спортивной деятельности. Структура и классификация психических состояний. Динамика психических состояний.
2. Стресс спортсмена. Предсоревновательные и соревновательные стресс-факторы спортивной деятельности
3. Психические состояния тренировки

Практическое занятие 10

Тема 23. Психические состояния в спортивной деятельности

1. Психические состояния и соревнования
2. Особые состояния сознания
3. Психическая готовность к соревновательной деятельности.

Модуль 9. Психологические основы обучения и совершенствования в спорте

Практическое занятие 11

Тема 24. Психологические основы физической, технической тактической и волевой подготовки спортсмена

1. Понятие физической подготовки. Психологическая характеристика физических качеств
2. Специализированные восприятия физических качеств.
3. Развитие физических качеств спортсменов в связи с их спецификой в различных видах спорта.

Практическое занятие 12

Тема 24. Психологические основы физической, технической тактической и волевой подготовки спортсмена

1. Психологические аспекты техники физических упражнений и технической подготовки спортсмена.
2. Особенности протекания психических процессов при технической подготовке формирования и совершенствования спортивных навыков.
3. Психологические задачи и виды тактической подготовки. Тактическое мышление в спорте.
4. Основные закономерности тактической подготовки

Практическое занятие 13

Тема 24. Психологические основы физической, технической тактической и волевой подготовки спортсмена

1. Основные задачи волевой подготовки спортсмена. Специфика препятствий и трудностей в спортивной деятельности.
2. Волевые качества личности спортсмена, их формирование. Самовоспитание воли спортсмена.
3. Основные приемы психической саморегуляции.

Практическое занятие 14

Тема 18. Психологические основы управления процессом спортивной подготовки

1. Психологические основы управления процессом спортивной подготовки. Технология психологического управления подготовкой спортсмена.
2. Программа 1. Выведение спортсмена на оптимальный уровень психологической стабильности.
3. Программа 2. Формирование психической надежности спортсмена в соревновательных условиях.
4. Программа 3. Выведение спортсмена (команды) на пик спортивной формы.

Практическое занятие 15

Тема 19. Психологическая подготовка спортсменов и команд. Психогигиена и психопрофилактика в спорте

1. Психологическая подготовка спортсмена к продолжительному тренировочному процессу
2. Средства и основные методы управляющих воздействий в процессе психологической подготовки
3. Психологические факторы надежности спортсмена.

Практическое занятие 16

Тема 19. Психологическая подготовка спортсменов и команд. Психогигиена и психопрофилактика в спорте

1. Понятие о психогигиенической и психопрофилактической работе в спорте. Понятие о психореабилитации.
2. Методы восстановления психической работоспособности. Понятие о саморегуляции и регуляции психических состояний.
3. Классификация и характеристика приемов, средств и методов саморегуляции и регуляции психических состояний
4. Предсоревновательное поведение спортсмена и его регуляция. Самовнушение в спорте.

5. Образовательные технологии

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентностного подхода предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (деловые и ролевые игры, психологические тренинги, анализ конкретных ситуаций) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков студентов. Удельный вес занятий, проводимых в интерактивной форме, определяется главной целью программы, и в целом учебном процессе они составляют 30 %. Учебный процесс, для освоения дисциплины предполагает использование следующих технических средств обучения:

- компьютерное оборудование;
- видео- аудиовизуальные средства обучения;
- пакет прикладных обучающих программ;
- электронную библиотеку;
- интернет-ресурсы
- деловые и ролевые игры
- психологический тренинг

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.

Самостоятельная работа студентов должна способствовать более глубокому усвоению изучаемого курса, формировать навыки исследовательской работы и ориентировать студентов на умение применять теоретические знания на практике.

Самостоятельная работа студентов предполагает практическую реализацию психологических знаний и осуществляется в следующих видах:

1. подготовка к письменным работам и тестированию;
2. подготовка к практическим занятиям;
3. конспектирование по основным темам дисциплины;
4. написание рефератов;
5. подготовка к промежуточному контролю.

Проверка качества усвоения знаний осуществляется в течение всего семестра как в устной (отчеты по индивидуальным заданиям, работа на практических занятиях и т.д.), так и письменной форме (групповые, самостоятельные и контрольные работы, тестирование).

Задания для самостоятельной работы, по рассматриваемым вопросам, являются первым этапом самостоятельной работы. По каждому модулю предусмотрены написание и защита одного реферата. Тему реферата студент выбирает самостоятельно из предложенной тематики. При написании реферата надо составить краткий план, с указанием основных вопросов избранной темы. Реферат должен включать введение, несколько вопросов, посвященных рассмотрению темы, заключение и список использованной литературы. Во вводной части реферата следует указать актуальность рассматриваемой темы. В основном разделе излагаются наиболее существенные сведения по теме, производится их анализ, отмечаются отдельные недостатки или нерешенные еще вопросы. В заключении реферата на основании изученных источников должны быть сформулированы краткие выводы и предложения. Список литературы оформляется в соответствии с требованиями ГОСТ 7.1-84 «Библиографическое описание документа». Перечень литературы составляется в алфавитном порядке фамилий первых авторов, со сквозной нумерацией. Примерный объем реферата 15-20 страниц.

Предусмотрено проведение индивидуальной работы (консультаций) со студентами в ходе изучения материала данной дисциплины.

Темы для самостоятельной исследовательской работы студентов по психологии:

1. Система явлений, изучаемых в современной психологии.
2. Мозг и психика: связь основных структур с психическими процессами и состояниями человека.
3. Сознание и бессознательное в психике и поведении человека.
4. Специфика и виды человеческой деятельности.
5. Психические процессы как формы деятельности.
6. Развитие деятельности человека в фило- и онтогенезе.
7. Основные параметры ощущений.
8. Виды и свойства восприятия.
9. Связь ощущений со свойствами внешней и внутренней среды организма.
10. Влияние мышления на восприятие.
11. Развитие внимания.
12. Физиологические основы внимания.
13. Внимание и его психологические свойства.

14. Взаимосвязь и взаимодействие различных видов памяти у человека.
15. Индивидуальные особенности памяти и способности человека.
16. Пути, приемы и средства улучшения памяти человека.
17. Развитие воображения.
18. Влияние воображения на состояние организма.
19. Проблемы и пути развития творческого мышления.
20. Развитие мышление.
21. Соотношение речи и мышления.
22. Понятие внутренней речи.
23. Развитие общения у людей.
24. Содержание, цели и средства общения у людей на разных уровнях интеллектуального и личностного общения.
25. Виды общения у человека.
26. Способности, одаренность и талант: взаимосвязь и различия в этих явлениях.
27. Природа индивидуальных различий в способностях людей.
28. Развитие способностей у человека.
29. Способности и задатки: что выступает в качестве задатков к развитию человеческих способностей?
30. Условия ускоренного развития человеческих способностей.
31. Типы темпераментов, их психологическая характеристика.
32. Личность и темперамент.
33. Определение характера человека.
34. Сопоставительный анализ различных типологий характеров.
35. Формирование характера.
36. Понятие, признаки и проявление воли у человека.
37. Основные направления и пути развития воли.
38. Становление волевой регуляции поведения у детей.
39. Теоретический анализ волевого действия.
40. Функции и виды эмоций у человека.
41. Функциональное назначение различных эмоций у человека.
42. Эмоции и личность. Персональный эмоциональный анализ индивидуальности творческих личностей.

Примерные вопросы для самоподготовки

1. Гендерные различия и их учёт в физкультурном образовании и спорте.
2. Назовите отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера.
3. Расскажите о трех уровнях личности, включая стабильность каждого из них. Сравните оценку состояний и характерных особенностей личности. Почему необходимо оценивать то и другое?
4. Следует ли использовать психологические тесты для отбора спортсменов в команды? Объясните свой ответ.
5. Почему при оценке личности в спорте и физической культуре следует отдавать предпочтение анкетам личности, специфичным для спорта, а не общим психологическим анкетам?
6. Отличаются ли профили личности спортсменов (мужчин и женщин) от профилей личности неспортсменов? Имеют ли спортсмены, занимающиеся индивидуальными и командными видами спорта, различные профили личности?
7. Каковы основные мотивы, побуждающие людей заниматься спортом или физической культурой?
8. Приведите не менее трех способов повышения осознания мотивов, побуждающих человека заниматься спортом или физической культурой.
9. Как вы можете непосредственно и косвенно влиять на мотивацию своих подопечных?
10. Какие важные факторы, помимо мотивации, необходимо учитывать, чтобы понять поведение и выступление в спорте или физической культуре?
10. Дайте определение понятиям «возбуждение», «состояние тревоги», «личностная тревожность».
11. Как можно измерить возбуждение и тревожность?
12. Дайте определение понятию «стресс».
13. Каковы основные источники ситуационного стресса?
14. Опишите этапы развития команды, а также ключевые моменты, характеризующие каждый этап.
15. Назовите известные вам формальные и неформальные роли в спорте.
16. Назовите способы улучшения микроклимата в команде.
17. Расскажите о различных определениях понятия сплоченности.
18. Объясните, как с помощью социогаммы тренер может определить уровень сплоченности своей команды. Постройте социогамму команды и объясните, какую информацию она дает тренеру с точки зрения развития сплоченности.
19. Представьте себе, что вас назначили тренером команды, которая характеризовалась многочисленными стычками и ссорами между игроками в предыдущем сезоне. Расскажите, какие меры вы примете перед началом сезона и во время сезона, чтобы развить чувство сплоченности команды.

20. Почему спортивные психологи рекомендуют спортсменам отдавать предпочтение целям, направленным на повышение уровня физической подготовки, а не целям, направленным на результат

№	Содержание самостоятельной работы	Форма контроля	Сроки, в которые проводится контроль
1	Предмет, задачи, методы и отрасли современной психологии. Составить таблицу основных методов психологических исследований, указать достоинства и недостатки методов.	конспект	2 семестр
2	Психика как продукт работы мозга. Развитие психики в филогенезе 1. Составить схему структуры психики, указать взаимосвязи ее сторон 2. Изучить и изложить в виде тезисов сущность и структуру сознания человека, особенности подходов к проблеме бессознательного	конспект	2 семестр
3	Структура деятельности. Составить схему структуры деятельности. Указать особенности каждого ее структурного	конспект	2 семестр
4	Виды общения человека. 1. Описать виды общения. Оформить в виде таблицы. 2. Описать основные техники эффективного общения.	реферат	2 семестр
5	Виды внимания 1. Составить таблицу видов внимания. Указать сущность и физиологические основы каждого вида внимания. Сравнить и привести примеры проявления разных видов внимания. 2. Подобрать методики для определения особенностей внимания. Провести обследование внимания ученика, оформить протоколы проведения методики, обработать и интерпретировать полученные результаты	конспект	2 семестр
6	Физиологические механизмы и виды восприятия Познакомиться с особенностями восприятия пространства, времени и движения, изложить сущность, физиологические механизмы этих видов восприятия в виде тезисов.	конспект	2 семестр
7	Виды и типы памяти 1. Составить таблицу основных процессов памяти, указать их определение, особенности, физиологический механизм, разновидности. Подобрать методики для изучения памяти. Провести обследование памяти личности, оформить протоколы проведения методики, обработать и интерпретировать полученные результаты. Подобрать приемы эффективного запоминания материала, описать особенности их применения.	Конспект, реферат	2 семестр
8	Операционные компоненты мышления Составить таблицу мыслительных операций, указать сущность этих операций, привести примеры. Рассмотреть оперативное мышление программиста	Конспект, реферат	2 семестр
9	Особенности личности Подобрать методики для изучения самооценки, мотивации и направленности личности. Провести самодиагностику одной из особенностей личности (на выбор), оформить протокол проведения методики, обработать и интерпретировать полученные результаты.	Конспект Реферат	2 семестр
10	Эмоциональные особенности личности Сравнить формы протекания эмоций и чувств. Результаты сравнения оформить в таблицу. Подобрать методики для изучения эмоциональной сферы личности. Провести самодиагностику эмоциональных особенностей (на выбор), оформить протоколы проведения методики, обработать и интерпретировать полученные результаты.	конспект Реферат	2 семестр
11	Структура волевого действия Составить схемы простого и сложного волевых действий. Привести примеры простого и сложного волевых действий. Сравнить структуру этих видов волевых действий, выводы оформ-	конспект Реферат	2 семестр

	мать письменно в виде тезисов. Подобрать методики для изучения волевых качеств личности. Провести обследование своих волевых качеств, оформить протоколы проведения методики, обработать и интерпретировать полученные результаты.		
12	Темперамент и характер Подобрать методики для изучения темперамента и характера. Провести диагностику темперамента или характера (на выбор) личности, обработать и интерпретировать полученные результаты	конспект Реферат	2 семестр
13	Структура характера Составить схему структуры характера и выделить соответствующие группы черт, выражающие отношение личности к различным сторонам действительности.	конспект Реферат	2 семестр
14	Способности и их классификация Рассмотреть и оформить в виде таблицы разные классификации способностей, указать критерии классификации.	конспект Реферат	2 семестр
15	Профессионально-педагогическая направленность личности учителя.	конспект	3 семестр
16	Профессиональная ориентация школьников на физкультурно-педагогическую деятельность.	конспект	3 семестр
24	Волевая сфера школьника.	реферат	3 семестр
25	Психомоторная сфера личности учащегося.	конспект	3 семестр
26	Способы повышения активности учащихся на уроке.	конспект	3 семестр
27	Мотивация при занятиях физической культурой.	конспект	3 семестр
28	Интерес учащихся к спортивно-педагогической деятельности.	конспект	3 семестр
29	Творчество в деятельности учителя физической культуры.	конспект	3 семестр
30	Характеристика стилей руководства.	конспект	3 семестр
31	Конфликты в спортивных коллективах.	реферат	4 семестр
32	Условия, способствующие максимальному проявлению физических качеств.	конспект	4 семестр
17	Психологические состояния в спорте и их регуляция: характеристика, причины возникновения, средства регуляции, и пути предотвращения.	реферат	4 семестр
18	Составление словесных формул для создания оптимального боевого состояния.	конспект	4 семестр
19	Психология спортивного коллектива.	реферат	4 семестр
20	Психология общения в спорте.	реферат	4 семестр
21	Психологическая подготовка в спорте.	конспект	4 семестр
22	Психологическое обеспечение спортивной деятельности.	конспект	4 семестр
23	Коммуникативная компетентность спортивного педагога.	конспект	4 семестр
33	Эмоции и чувства в соревновании.	конспект	4 семестр
34	Методы психорегуляции.	конспект	4 семестр
35	Подготовка к экзамену.	конспект	4 семестр

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

7.2. Типовые контрольные задания

Темы для рефератов

1. Сознание и бессознательное в психике и поведении человека.
2. Специфика и виды человеческой деятельности.
3. Развитие деятельности человека в филогенезе и онтогенезе.
4. Роль и виды чувствительности (ощущений) у человека.
5. Виды и свойства восприятия.
6. Влияние мышления на восприятие.
7. Внимание и его психологические свойства.
8. Виды памяти у человека.
9. Индивидуальные особенности и нарушения памяти.
10. Пути, приемы и средства улучшения памяти человека.
11. Основные формы мышления.
12. Личностные особенности творческого человека.
13. Средства развития мышления.
14. Виды и функции речи.
15. Соотношение речи и мышления и их развитие.

16. Определение и функции воображения.
17. Влияние воображения на состояния организма.
18. Условия и факторы нормального и аномального развития личности.
19. Проблема устойчивости личности.
20. История и современные теории личности: преемственность позиций и новизна в постановке вопросов.
21. Культурно-исторический подход к изучению личности.
22. Теории мотивации.
23. Классификация человеческих потребностей.
24. Мотивация агрессивного и просоциального поведения.
25. Развитие способностей у человека.
26. Типы темпераментов, их психологическая характеристика.
27. Типология характеров.
28. Формирование характера.
29. Место характера в общей структуре личности.
30. Характер и личность: общее и различное в этих понятиях.
31. Понятие, признаки и проявление воли у человека.
32. Основные направления и пути развития воли.
33. Функции и виды эмоций у человека.
34. Теории эмоций.
35. Виды общения у человека.
36. Психологические механизмы восприятия людьми друг друга.
37. Общение и развитие личности.
38. Барьеры общения. Конфликты.
39. "Мы" и "они". Особенности их функционирования.
40. Влияние микросреды на формирование личности.
41. Малые группы и особенности взаимодействия в них.
42. Конфликты и конфликтные отношения.
43. Лидерство и руководство.
44. Компетентность в общении.
45. Конфликты в нашей жизни и их разрешение.
46. Малые группы.
47. Межгрупповые взаимодействия.
48. Толпа и ее эмоциональные характеристики.
49. Ролевое поведение личности.
50. Особенности психологической подготовки в спорте.
51. Общая и специальная психологическая подготовка в спорте.
52. Сравнительная характеристика деятельности преподавателя физической культуры и тренера.
53. Психологические особенности спортивного соревнования.
54. Психологические особенности развития двигательных навыков.
55. Специализированные восприятия в спорте.
56. Психологическая характеристика деятельности преподавателя физической культуры.
57. Психология здорового образа жизни.
58. Психологические основы тактической подготовки.
59. Особенности личности спортсменов в разных видах спортивной деятельности.
60. Психологические особенности личности преподавателя и тренера.
61. Психология малых групп.
62. Лидерство в спорте.
63. Приемы регуляции психических состояний.
64. Повышение мотивации к занятиям физической культурой.
65. Психическая надежность в спорте.
66. Психическая работоспособность.
67. Приемы регуляции психических состояний.
68. Повышение мотивации к занятиям физической культурой.
69. Волевая подготовка спортсменов.
70. Идеомоторная подготовка в спорте.

Примеры тестовых заданий

Модуль 1.

1. Предметом психологии является:

- а) поступки и поведение человека;
- б) деятельность человеческого мозга;
- в) внутренние психические явления и поведение человека;
- г) условия и предпосылки развития сознания в антропогенезе.

2. К эмпирическим методам психологической науки относятся:

- а) психика, сознание, бессознательное и поведение;
- б) наблюдение, эксперимент, тестирование, беседа, социометрия;
- в) мышление, способности, внимание и память;
- г) психотренинг, психокоррекция, психодиагностика.

3. Сознание - это:

- а) высший уровень психического отражения и саморегуляции;
- б) внутренний мир человека и его поведение;
- в) совокупность представлений человека о самом себе;
- г) разум и чувства человека.

4. Самосознание - это:

- а) структурный компонент сознания, Я-концепция личности;
- б) форма проявления психического;

- в) познавательный психический процесс;
 г) совокупность знаний об окружающем мире.
- 5.** Процесс превращения внутреннего психического действия во внешний (поведенческий) план обозначают понятием:
 а) поведение;
 б) деятельность;
 в) интериоризация;
 г) экстериоризация.
- 6.** Побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением определенной потребности, называется:
 а) мотив;
 б) цель;
 в) движение;
 г) действие.
- 7.** Способность человека к сопереживанию и сочувствию другим людям называется:
 а) аффект;
 б) эмпатия;
 в) фрустрация;
 г) стресс.
- 8.** Интерпретация субъектом межличностного восприятия причин и мотивов поведения других людей и собственной деятельности называется:
 а) децентрацией;
 б) каузальной атрибуцией;
 в) апперцепцией;
 г) идентификацией.
- 9.** При позитивной установке на восприятие другого человека мы:
 а) переоцениваем положительные качества и проявляем доверчивость;
 б) воспринимаем только его отрицательные качества и не доверяем ему;
 в) принимаем как его положительные, так и отрицательные качества.
 г) все ответы правильные.
- 10.** Эмпатия – это:
 а) умение внимательно слушать;
 б) способность к постижению эмоционального состояния другого человека в форме сопереживания;
 в) акт общения, связь между двумя или более индивидами, сообщение информации одним лицом другому.
 г) передача опыта другому.
- 11.** К вербальным средствам убеждения относятся:
 а) речевое общение: приемы убеждения, комплименты, рефлексивное слушание;
 б) визуальный контакт, позы, мимика, жесты;
 в) межличностное расстояние, взаимное расположение в пространстве, ведение записей.
 г) прикосновения, поглаживание, поцелуи.
- 12.** Пассивное слушание – это вид слушания, при котором:
 а) просто слушаешь человека, просто давая ему понять, что он не один, что вы его слушаете, понимаете и готовы поддержать;
 б) переживаешь те же чувства, которые переживает собеседник, отражаешь эти чувства, понимаешь эмоциональное состояние собеседника и разделяешь его;
 в) на первый план выступает отражение информации, т. е. происходят постоянные уточнения правильности понимания информации, которую хочет донести до вас собеседник путем задания уточняющих вопросов.
 г) глухое молчание.
- 13.** К познавательным психическим процессам относятся:
 а) ощущение, восприятие, память, мышление и воображение;
 б) внимание, действие, деятельность;
 в) характер, темперамент, способности, акцентуация.
 г) аффект, стресс, депрессия и фрустрация.
- 14.** Внимание бывает следующих видов:
 а) экстероцептивное, проприоцептивное и интероцептивное
 б) оперативное, кратковременное и долговременное;
 в) произвольное, непроизвольное и послепроизвольное;
 г) сознательное, надсознательное и бессознательное.
- 15.** Запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание - это:
 а) виды памяти;
 б) приемы продуктивного запоминания;
 в) формы памяти;
 г) процессы памяти.
- 16.** Анализ, синтез, абстрагирование и обобщение - это:
 а) виды мышления;
 б) мыслительные операции;
 в) процессы памяти;
 г) познавательные процессы.
- 17.** Константность, избирательность, целостность, предметность, структурность являются:
 а) свойствами темперамента;
 б) свойствами мышления;
 в) свойствами восприятия;
 г) особенностями характера.
- 18.** Основными формами мышления являются:
 а) аналогия, сравнение и обобщение;
 б) анализ, синтез, абстрагирование;
 в) понятие, суждение, умозаключение;

г) агглютинация, типизация, схематизация и акцентировка.

19. Моральные, эстетические, интеллектуальные это:

- а) функции эмоций;
- б) виды чувств;
- в) виды эмоций;
- г) виды эмоциональных состояний.

20. Целеустремлённость, настойчивость, выдержка, решительность, дисциплинированность - это:

- а) мотивы волевых действий;
- б) волевые качества личности;
- в) фундаментальные эмоции;
- г) свойства темперамента.

21. Мышление и воображение - это:

- а) уровни проявления психического;
- б) высшие психические познавательные процессы;
- в) мыслительные процессы;
- г) низшие психические познавательные процессы.

22. Апперцепция, целостность и структурность, константность, осмысленность, избирательность это свойства:

- а) памяти;
- б) восприятия;
- в) ощущения.
- г) мышления.

23. Наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое это виды:

- а) восприятия;
- б) памяти;
- в) мышления;
- г) воображения.

Модуль 2.

1. Человеческий индивид, включенный в систему межличностных и социальных отношений, субъект созидательной деятельности обозначается понятием:

- а) индивид;
- б) индивидуальность;
- в) личность;
- г) человек.

2. Факт принадлежности человека к человеческому роду фиксируется понятием:

- а) личность;
- б) индивидуальность;
- в) субъект деятельности;
- г) индивид.

3. К индивидуально-психологическим особенностям (свойствам) личности относятся:

- а) стресс, аффект, фрустрация;
- б) сознание, самосознание и бессознательное;
- в) мышление, речь, память;
- г) характер, темперамент, способности.

4. Сила, темп, ритм, скорость протекания психических процессов и поведения проявляются:

- а) в волевых качествах личности;
- б) в чертах характера;
- в) в способностях и интеллекте человека;
- г) в типах и свойствах темперамента.

5. Отношение человека к себе, к людям, к вещам, к делу выражается:

- а) в интеллекте и способностях;
- б) в чертах характера;
- в) в свойствах темперамента;
- г) в самооценке человека.

6. Агрессивный, возбудимый, активный, импульсивный, беспокойный, контактный - эти поведенческие проявления характерны для:

- а) меланхолика;
- б) холерика;
- в) флегматика;
- г) сангвиника.

7. Пассивный, спокойный, необщительный, миролюбивый, размеренный, осмотрительный - всё это проявления:

- а) холерика;
- б) меланхолика;
- в) сангвиника;
- г) флегматика.

8. Нормальный характер, акцентуация и психопатия - это:

- а) типы характера человека;
- б) уровни выраженности характера;
- в) виды характера;
- г) уровни выраженности темперамента.

9. Назовите уровни развития способностей:

- а) интроверсия, экстраверсия;
- б) одаренность, талант, гениальность;
- в) цель, мотив, действие, операция;
- г) общие способности, специфические способности, творчество.

10. Прижизненно формируемое свойство личности обозначается понятием:

- а) темперамент;
- б) характер;
- в) задатки способностей;
- г) экстраверсия.

11. Человеческий индивид, включенный в систему межличностных и социальных отношений, субъект социальной деятельности обозначается понятием:

- а) индивид;
- б) индивидуальность;
- в) личность;
- г) человек.

12. Факт принадлежности человека к человеческому роду фиксируется понятием:

- а) личность;
- б) индивидуальность;
- в) субъект деятельности;
- г) индивид.

13. К индивидуально-психологическим особенностям (свойствам) личности относятся:

- а) стресс, аффект, фрустрация;
- б) сознание, самосознание и бессознательное;
- в) мышление, речь, память;
- г) характер, темперамент, способности.

14. Сила, темп, ритм, скорость протекания психических процессов и поведения проявляются:

- а) в волевых качествах личности;
- б) в чертах характера;
- в) в способностях и интеллекте человека;
- г) в типах и свойствах темперамента.

15. Отношение человека к себе, к людям, к вещам, к делу выражается:

- а) в интеллекте и способностях;
- б) в чертах характера;
- в) в свойствах темперамента;
- г) в самооценке человека.

16. Агрессивный, возбудимый, активный, импульсивный, беспокойный, контактный - эти поведенческие проявления характерны для:

- а) меланхолика;
- б) холерика;
- в) флегматика;
- г) сангвиника.

17. Пассивный, спокойный, необщительный, миролюбивый, размеренный, осмотрительный - всё это проявления:

- а) холерика;
- б) меланхолика;
- в) сангвиника;
- г) флегматика.

18. Нормальный характер, акцентуация и психопатия - это:

- а) типы характера человека;
- б) уровни выраженности характера;
- в) виды характера;
- г) уровни выраженности темперамента.

19. Назовите уровни развития способностей:

- а) интроверсия, экстраверсия;
- б) одаренность, талант, гениальность;
- в) цель, мотив, действие, операция;
- г) общие способности, специфические способности, творчество.

20. Прижизненно формируемое свойство личности обозначается понятием:

- а) темперамент;
- б) характер;
- в) задатки способностей;
- г) экстраверсия.

Модуль 3.

1. Пирамидальная группа является:

- а) группой, в которой каждый имеет право на инициативу, но все вместе открыто обсуждают вопросы. Главное для них — общее дело. Свободно происходит смена ролей, присуща эмоциональная открытость, усиливается неформальное общение людей;
- б) системой закрытого типа, иерархически построенной, где каждый четко знает свое место, а информация идет в основном по вертикали, снизу вверх (отчеты), сверху вниз (приказы).
- в) группой, в которой каждый принимает решение самостоятельно, люди относительно независимы, двигаются в разные стороны, но что-то их объединяет.
- г) группой, где все движется в одном направлении.

2. Малая группа, существующая лишь в рамках официально принятых организаций, это:

- а) формальная группа;
- б) неформальная;
- в) лабораторная.
- г) открытая.

3. Лидер, который привлекает к себе способностью видеть новое, братья за решение проблем, которые могут показаться неразрешимыми, не командует, а лишь приглашает к обсуждению это:

- а) Лидер-организатор;
- б) Лидер-творец;

- в) Лидер-дипломат.
 г) лидер-манипулятор
4. Какой признак характерен для руководителя с высокой способностью создавать коллектив?
 а) Распределение обязанностей между сотрудниками.
 б) Подавление творческого потенциала.
 в) Избегание обратной связи на межличностном уровне.
5. Стиль управления, для которого характерно жесткое единоличное принятие руководителем всех решений («минимум демократии»), жесткий постоянный контроль за выполнением решений, с угрозой наказания («максимум контроля»), отсутствие интереса к работнику как к личности.
 а) Демократический (или коллегиальный)
 б) Авторитарный (или директивный, или диктаторский).
 в) Либерально-анархический (или попустительский, или нейтральный).
6. Стиль руководства характеризуется, с одной стороны, «максимумом демократии» (все могут высказывать свои позиции, но реального учета, согласования позиций не стремятся достичь), а с другой — «минимумом контроля».
 а) Непоследовательный (алогичный).
 б) Демократический (или коллегиальный).
 в) Либерально-анархический (или попустительский, или нейтральный).
 г) авторитарный
7. Конфликт – это:
 а) конфликтная ситуация;
 б) конфликтная ситуация + инцидент;
 в) инцидент.
 г) инцидент+инцидент
8. Конфликтная ситуация – это:
 а) открытое противостояние как следствие взаимоисключающих интересов и позиций;
 б) стечение обстоятельств, являющихся поводом для конфликта;
 в) накопившиеся противоречия, содержащие истинную причину конфликта.
 г) разница во мнениях людей.
9. Делегирование полномочий – это:
 а) контроль за результатами и самоконтроль;
 б) передача подчиненному задачи или деятельности из сферы руководства, т.е. исполнительной ответственности;
 в) передача подчиненному всей управленческой ответственности по принятию решений, по выработке политики предприятия.
 г) самоконтроль.

Контрольные вопросы к зачету

1. Объект и предмет психологии. Задачи общей психологии.
2. Методологические принципы и методы психологии.
3. Классификация отраслей психологии
4. Место психологии в системе наук и ее связь с другими науками
5. Психика как отражение предметов и явлений. Функции и свойства психики. Особенности психического отражения.
6. Сущность и содержание сознания: свойства, структура и характеристики
7. Самосознание и Я-концепция: функции, критерии, структура.
8. Бессознательные психические явления.
9. Понятие о деятельности, ее структура. Интериоризация и экстериоризация как проявление единства внешней и внутренней деятельности.
10. Виды человеческой деятельности, их характеристика.
11. Компоненты деятельности: навыки, умения, привычки.
12. Ощущение и восприятие: определение общее и отличительное. Классификация ощущения
13. Закономерности ощущения
14. Свойства и виды восприятия.
15. Представление, его свойства, функции и виды.
16. Внимание. Свойства внимания и их характеристика.
17. Виды внимания и условия их возникновения
18. Процессы памяти и их характеристика
19. Виды и типы памяти
20. Мышление его природа, значение и условия возникновения. Основные формы мышления.
21. Виды мышления. Мыслительные операции.
22. Воображение: сущность, общее и отличительное с мышлением
23. Виды воображения Приемы воображения
24. Понятие об эмоциях и чувствах. Роль и функции эмоций.
25. Виды эмоций и чувств. Высшие чувства человека.
26. Структура и этапы волевого акта. Волевые качества личности.
27. Понятие «Личность», «Индивид», «Индивидуальность», «Субъект» в психологии
28. Структура и типология личности. Направленность личности, ее формы.
29. Установки личности. Я-концепция, ее компоненты и виды. Самооценка и уровень притязаний.
30. Понятие о темпераменте, его компоненты, типы и свойства.
31. Типы ВНД и типы темперамента. Психологическая характеристика типов темперамента
32. Характер, его структура. Темперамент и характер (общее и отличительное)
33. Понятие о задатках и способностях. Виды способностей: общие и специальные
34. Качественная и количественная характеристика способностей. Уровни развития способностей. Одаренность, талант, гениальность.

35. Понятие общения, его функции и виды.
36. Перцептивная сторона общения. Социально-психологические механизмы восприятия в общении с незнакомыми и знакомыми людьми
37. Ошибки восприятия в общении. Каузальная атрибуция. Ошибки атрибуции
38. Коммуникативная сторона общения. Элементы и потоки коммуникации. Коммуникативные барьеры, их виды
39. Интерактивная сторона общения. Социально-психологические механизмы влияния. Техники эффективного общения
40. Виды и приемы слушания. Я-высказывания.
41. Понятие о группе, ее признаки. Классификация групп. Социально-психологическая структура группы. Групповые феномены.
42. Малые группы. Классификация малых групп.
43. Коллектив, его признаки. Эффективность работы коллектива. Пять стадий развития коллектива.
44. Лидерство, его компоненты. Типы лидеров
45. Теории лидерства. Парадоксы лидера
46. Руководитель в организации. Виды власти. Стили управления.
47. Конфликт, его структура. Динамика конфликта. Формула конфликта
48. Виды и типы конфликтов, их функции.
49. Стратегии и тактики поведения в конфликте. Конфликтогены, их типы
50. Принципы управления конфликтным процессом. Исходы конфликта

Примерный перечень вопросов экзамену

1. Предмет психологии. Задачи общей психологии.
2. Методы психологии.
3. Физиологические основы психики человека.
4. Сознательное и бессознательное
5. Основные принципы психологической науки.
6. Сознание - высшая форма психического отражения.
7. Самосознание, его функции, критерии и структура.
8. Потребности и мотивы.
9. Самооценка и уровень притязаний.
10. Группы, их классификация и структура.
11. Формирование коллектива.
12. Понятие о деятельности и ее строение. Интериоризация и экстериоризация деятельности.
13. Умения, навыки, привычки.
14. Основные виды деятельности.
15. Психология общения.
16. Личность. Теории и структура личности.
17. Понятие о внимании. Свойства и виды внимания.
18. Понятие об ощущениях. Классификация ощущений.
19. Понятие о восприятии. Виды и закономерности восприятия.
20. Понятие о памяти. Виды и типы памяти.
21. Сохранение, забывание, воспроизведение как процессы памяти.
22. Приемы рационального запоминания.
23. Мышление как высшая форма познавательной деятельности.
24. Мыслительные операции. Понятие, суждение и умозаключение. Виды мышления.
25. Понятие о воображении. Приемы творческого воображения.
26. Понятие о воле. Структура волевого действия.
27. Понятие о чувствах и эмоциях. Формы протекания чувств. Виды чувств.
28. Понятие о способностях. Задатки и способности. Структура.
29. Понятие о темпераменте. Характеристика типов темперамента.
30. Понятие о характере. Структура характера.
31. Предмет, цели и задачи психологии физического воспитания.
32. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта: отличительные и связующие черты.
33. Возрастные особенности развития двигательных качеств в младшем школьном возрасте.
34. Возрастные особенности развития двигательных качеств в подростковом возрасте.
35. Возрастные особенности развития двигательных качеств в юношеском возрасте
36. Психологические основы освоения двигательных действий: структура и возрастные особенности их воспитания.
37. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физического воспитания: основные функции, формы деятельности.
38. Педагогические способности учителя физкультуры.
39. Умения, стили педагогической деятельности
40. Авторитет учителя физкультуры и стили управления.
41. Развитие познавательных процессов (внимания, восприятия) детей на уроках физкультуры.
42. Особенности внимания учащихся на уроке и управление им. Развитие наблюдательности
43. Восприятие на уроках физкультуры.
44. Развитие познавательных процессов (памяти, мышления) детей на уроках физкультуры.
45. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры.
46. Роль ощущений, восприятий, представлений и мышления в выполнении двигательного действия.
47. Понятие воли и ее значение в физическом воспитании
48. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой. Волевые качества личности школьника.
49. Организация самовоспитания как необходимое условие эффективности занятий физической культурой.
50. Воспитательное воздействие физической культуры и спорта.

51. Предмет, цели и задачи психологии спорта.
52. Специфика и средства (способы, условия) спортивной деятельности.
53. Особенности мотивации и классификация мотивов учебно-физкультурной и спортивной деятельности.
54. Психологические основы отбора в спорте: его цели, методологические принципы и этапы.
55. Специальные способности и критерии профпригодности в спорте.
56. Система психологического отбора в спорте: целевые и прогностические критерии отбора.
57. Структура личности спортсмена.
58. Формирование личности в спорте: механизмы, стратегии и факторы ее воспитания.
59. Психология личности в спорте: связь особенностей личности с успешностью спортивной деятельности, влияние свойств нервной системы.
60. Психологическая характеристика личности тренера: структура личности, ролевые позиции и авторитет тренера.
61. Педагогические способности и комплекс требований к личности тренера.
62. Признаки, качества и социально-психологическая структура спортивной группы (формальная и неформальная).
63. Структура спортивной команды.
64. Совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности
65. Психологические особенности деятельности тренера в спортивной команде.
66. Психологические особенности спортивного соревнования: психологическая готовность, оптимальный уровень мотивации, целевая установка спортсмена.
67. Специальная психологическая подготовка к конкретному соревнованию: предсоревновательная и интеллектуальная подготовка спортсмена.
68. Особенности мышления спортсмена в период подготовки к соревнованиям и в процессе соревнований.
69. Специальная психологическая подготовка к конкретному соревнованию: предстартовая и постсоревновательная подготовка спортсмена.
70. Психологические особенности учебно-тренировочного процесса: структура и основы подготовки спортсмена.
71. Психологические основы физической подготовки спортсменов, ее цели.
72. Психологические основы общей и специальной тактической подготовки спортсменов, ее задачи.
73. Основные закономерности тактической подготовки.
74. Психологические основы технической подготовки спортсменов, ее механизмы и критерии.
75. Особенности протекания психических процессов при технической подготовке формирования и совершенствования спортивных навыков.
76. Волевая подготовка спортсмена. Специфика препятствий и трудностей в спортивной деятельности.
77. Волевые качества личности и самовоспитание воли спортсмена.
78. Психические состояния в спортивной деятельности: общая характеристика и понятие о функциональном состоянии организма
79. Актуальные отрезки спортивной деятельности и структура психического состояния
80. Классификация и динамика психических состояний (стресс-факторы).
81. Психические состояния тренировки и соревнования.
82. Предстартовые психические состояния: характеристика, причины возникновения, пути предотвращения.
83. Особые состояния сознания спортсмена и психическая готовность к соревновательной деятельности.
84. Технология психологического управления спортивной подготовкой спортсмена: Программа 1. Выведение спортсмена на оптимальный уровень психологической стабильности.
85. Технология психологического управления спортивной подготовкой спортсмена: Программа 2. Формирование психической надежности спортсмена в соревновательных условиях.
86. Технология психологического управления спортивной подготовкой спортсмена: Программа 3. Выведение спортсмена (команды) на пик спортивной формы.
87. Средства управляющих воздействий и психологические факторы надежности спортсмена в процессе психологической подготовки.
88. Психологические средства саморегуляции и регуляции.
89. Понятие о психогигиенической и психопрофилактической работе в спорте.
90. Понятие о психореабилитации. Система психокорректирующей работы.

7.3. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля - 50 % и промежуточного контроля - 50%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий 10 баллов,
- участие на практических занятиях 50 баллов,
- выполнение домашних (аудиторных) контрольных работ 40 баллов.

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- устный опрос 20 баллов,
- письменная контрольная работа 50 баллов,
- тестирование 30 баллов.

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

а) адрес сайта курса

<http://eor.dgu.ru/default/LeftMenu?name=cath>

на платформе Moodle учебный курс «Психология» для студентов естественных факультетов

<http://edu.dgu.ru/course/view.php?id=1781>

б) основная литература:

1. Ахмедханов А.М. Общая психология: курс лекций. - Махачкала : Изд-во ДГУ, 2013. - 130 с.

2. Гогонов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта [учеб.пособие по специальности "Физ. культура и спорт"]. – М. 2004.
3. Ильин Е. П. Психология спорта. – СПб. Питер. -2009. -351 с.
4. Караванова Л.Ж. Психология: Учебное пособие для бакалавров. – М., 2014. - 264 с.
5. Крысько В.Г. Общая психология в схемах и комментариях. СПб., 2009.
6. Маклаков А.Г. Общая психология. [учеб. для вузов] - СПб., 2009. – 582 с.
7. Марцинковская Т.Д. Общая психология : [учебник для студ. учреждений. высш. образ-я] - 3-е изд. - М., 2017. – 400 с.
8. Психология физической культуры [Электронный ресурс] : учебник / Б.П. Яковлев [и др.]. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 624 с. — 978-5-906839-11-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html> (02.09.2018).
9. Психология спорта [Электронный ресурс] : монография / А.Н. Веракса [и др.]. — Электрон.текстовые данные. — М. : Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, 2011. — 424 с. — 978-5-9217-0048-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27376.html> (05.09.2018).
10. Столяренко Л. Д. Психология : учеб. для вузов. / - СПб., 2008. - 591 с.
11. Штейнмец, А. Э. Общая психология : учеб.пособие для вузов. - М., 2006. - 283 с.
12. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта учеб.для вузов физкультур. М., 2004. - 571 с.

в) дополнительная литература:

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: (курс лекций) - М., 2006. – 332 с.
2. Гиссен Л.Д. Время стрессов. Обоснование и практические результаты психопрофилактической работы в спортивных командах. – М., 1990. -192 с.
3. ГодфруаЖ. Что такое психология: В 2 т. Т.2; Перевод с фр. Н.Н.Алипова, В.В.Свечникова; Под ред. Г.Г.Аракелова. - М., 1992. - 370 с.
4. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта учеб. пособие для вузов. –М. Сов.спорт, 2007. -294 с.
5. Дубровина И. В. Психология : учебник - 6-е изд., - М., 2007. - 461 с.
6. Загайнов Р. М. Психологическое мастерство тренера и спортсмена. –М.: Сов. Спорт. – 2006. -106 с.
7. Загайнов Р.М. Психология современного спорта высших достижений. Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. — Электрон.текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2012. — 292 с. — 978-5-9718-0576-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9867.html> (01.09.2018).
8. Немов Р. С. Психология : учебник для вузов. - М., 2011, 2010. - 639 с.
9. Онуприенко, С.П. Интеллект. Темперамент. Как организовать свою жизнь / С.П. Онуприенко. - Минск : ТетраСистемс, 2011. - 384 с. - ISBN 978-985-536-151-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=78517> (09.09.2018).
10. Петровский А. В. Психология : учебник / Петровский, Артур Владимирович, М. Г. Ярошевский. - 7-е изд., стер. - М. : Академия, 2007, 2005. - 501 с. - (Высшее образование).
11. Психология : учеб. для бакалавров / под ред. Б.А.Сосновского. - 2-е изд., перераб. и доп. - М., 2012. – 439 с.
12. Психология : учебник / [В.М.Аллахвердов, С.П.Безносков, В.А.Богданов и др.]; отв. ред. А.А.Крылов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М., 2011, 2008, 2005, 2004. - 743 с.
13. Пушкина, В.Н. Формирование профессионально важных качеств студентов средствами физической культуры : учебно-методическое пособие / В.Н. Пушкина, И.В. Мищенко, А.Н. Зелянина ; Министерство образования и науки Российской Федерации. Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова. - Архангельск : САФУ, 2014. - 124 с. : табл., схем., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-261-01012-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436399> (09.10.2018).
14. Ребер, Артур. Большой толковый психологический словарь : В 2 т.: Перевод. - М., 2000. - 559 с.
15. Яшин В.Н. ОБЖ: здоровый образ жизни : учебное пособие / В.Н. Яшин. - 5-е изд., стер. - Москва : Издательство «Флинта», 2017. - 125 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9765-1121-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463939> (09.08.2018).

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

В самостоятельной работе студента могут быть использованы кроме основной и дополнительной литературы следующие интернет ресурсы, доступ к которым предоставляет Научная библиотека Дагестанского государственного университета:

1. <http://elib.dgu.ru/?q=node/876> - Научная библиотека ДГУ
2. <http://www.iprbookshop.ru> - ЭБСIPRbooks;
3. www.biblioclub.ru - Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн (архив)»
4. <http://elibrary.ru> - Научная электронная библиотека
5. <http://нэб.рф/> - Национальная электронная библиотека
6. <http://window.edu.ru/> - Образовательный ресурс
7. <http://link.springer.com/> - Электронный ресурс Springer
8. webofknowledge.com – Международная база цитирования WebofScience
9. <http://www.scopus.com/> - Реферативная база данных Scopus
10. <http://search.proquest.com/> - База данных зарубежных диссертаций PQDT Global
11. <http://www.sciencemag.org/> - Электронные ресурсы Science AAAS
12. Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (<http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>);
13. Сайт научно-методического журнала «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», (<http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/>);

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

Организация самостоятельной работы в процессе подготовки к практическим и семинарским занятиям предполагает анализ материалов лекционных занятий. Лекционный материал создает основу для подготовки студентов к семинарским занятиям, проработки учебных пособий, монографий и периодических изданий.

Самостоятельная работа студентов на занятии предполагает конспектирование наиболее существенных идей темы. Опорный конспект состоит из основных теоретических положений, фактов, сущности экспериментов и т.д.

При чтении литературы, при прослушивании лекций студенту следует постоянно мысленно соотносить полученные знания с реальным поведением людей, собственными мыслями, чувствами, переживаниями, критически их анализируя и оценивая с новых, уже не житейских, а научных позиций. При подготовке к семинарскому занятию при прочтении дополнительной литературы необходимо обращать внимание не на общую тематику источника, но выделять информацию, связанную с темой занятия.

Анализировать информацию об одном вопросе, полученную из нескольких источников. Для лучшего восприятия пройденной темы студенту необходимо при чтении конспекта лекций, вспомнить, о чем говорилось на лекции; дополнить конспект некоторыми мыслями, примерами из жизни. Прочитать по учебнику то, что в краткой лекции не могло быть раскрыто.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Информационные технологии:

- сбор, хранение, систематизация и выдача учебной и научной информации;
- обработка текстовой, графической и эмпирической информации;
- подготовка, конструирование и презентация итогов исследовательской и аналитической деятельности;
- самостоятельный поиск дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных;
- использование электронной почты преподавателей и обучающихся для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем.

1. Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word ит. д);
2. Дистанционное взаимодействие со студентами;
3. Образовательная платформа ДГУ MOODL;
4. Программное обеспечение электронного ресурса ДГУ;
5. Статьи из журналов перечня ВАК профессорско-преподавательского состава кафедры;
6. Электронное издание УМК.

Информационные справочные системы

В ходе реализации целей и задач учебной практики обучающиеся могут при необходимости использовать возможности информационно-справочных систем, электронных библиотек и архивов.

Информационно-справочные и информационно-правовые системы

- справочная правовая система ГАРАНТ (интернет-версия). URL: <http://www.garant.ru/iv/>
- Консультант Плюс. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_160060/
- Деловая онлайн-библиотека. URL: <http://kommersant.org.ua/>
- Электронные архивы.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

В соответствии с требованиями ФГОС для проведения лекционных занятий факультет имеет специально оборудованную учебную аудиторию. Имеются также специальные помещения для практических занятий с группами студентов.

Помещение для лекционных занятий оборудовано комплектом электропитания ШЭ, специализированной мебелью и оргсредствами, которые представлены – доской аудиторной для письма мелом и фломастером, стойкой-кафедрой, столом лектора, аудиторными двухместными столами, аудиторными стульями.