

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Психология физической культуры и спорта

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Паршина Н. А., канд. пед. наук, старший преподаватель

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 7 от 24.02.2021 года

Зав. кафедрой  Трескин М. Ю.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 30.08.2021 года

Зав. кафедрой  Трескин М. Ю.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины – подготовка студентов к решению профессиональных задач, связанных с психологическим обеспечением развития и функционирования психических явлений, состояний и качеств у учащихся образовательных учреждений и воспитанников спортивных организаций.

Задачи дисциплины:

- освоить психологические основы обучения и воспитания человека, с учетом развития его физических качеств, совершенствования двигательных способностей, упрочения и сохранения физического и психического здоровья;
- сформировать умение применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу;
- обучить технологии формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся;
- научить способам осуществления целенаправленной воспитательной деятельности в физкультурно-спортивной деятельности с учетом культурных различий, возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- сформировать умение рационально выстраивать межличностные отношения в физкультурно-спортивной деятельности.

2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.06.31 «Психология физической культуры и спорта» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 3 курсе, в 6 семестре и на 4 курсе, в 7 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знания, полученные в процессе освоения дисциплины «Психология».

Изучению дисциплины К.М.06.31 «Психология физической культуры и спорта» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.04.01 Психология.

Освоение дисциплины К.М.06.31 «Психология физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.06.35(П) Производственная (педагогическая) практика

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Психология физической культуры и спорта», включает: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования); 05 Физическая культура и спорт (в сфере физической культуры и массового спорта; в сфере подготовки спортивного резерва; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом.

3 Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО			
Индикаторы достижения компетенций		Образовательные результаты	
ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями			
ОПК-6.2 Применяет специальные технологии и методы,		знать: — закономерности физиологического и	

позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.	психического развития ребенка и особенности их проявления в образовательном процессе в разные возрастные периоды; – методы психолого-педагогической диагностики особенностей развития обучающихся в образовательном процессе; – психолого-педагогические технологии индивидуализации в образовании; – основные направления и способы проектирования индивидуальных образовательных маршрутов; уметь: – эффективно взаимодействовать с различным контингентом обучающихся; – применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в виртуальной среде; – применять психолого-педагогические технологии, необходимые для адресной работы с различными контингентами учащихся; владеть: – педагогическими технологиями, направленными на разностороннее развитие личности каждого обучающегося; – специальными технологиями и методами коррекционно-развивающей работы.
<i>ПК-2. Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность</i>	
ПК-2.5. Объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.	знать: – психологические особенности детей школьного возраста; – психологию межличностных отношений в физкультурно-спортивной деятельности; уметь: – объяснять и анализировать поступки детей на занятиях по физической культуре и спорту; – поддерживать в детском коллективе позитивные межличностные отношения; – помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации или неблагоприятных условиях; владеть: – технологией проведения индивидуальной и групповой работы с детьми и подростками разных возрастных категорий в физкультурно-спортивной деятельности; – методами психорегуляции; – основами конфликтологии.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Шестой семестр	Седьмой семестр
Контактная работа (всего)	98	48	50
Лекции	32	16	16
Практические	66	32	34
Самостоятельная работа (всего)	26	24	2
Виды промежуточной аттестации	20		20
Экзамен	20		20
Общая трудоемкость часы	144	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	4	2	2

5 Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Психология физической культуры:

Введение в психологию физической культуры и спорта. Предмет психологии физической культуры и спорта. Педагогическая направленность психологии физической культуры. Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания. Взаимосвязь психологии физической культуры и психологии спорта. Задачи психологии физической культуры и спорта. Особенности деятельности в физической культуре и спорте. Психологические основы обучения на уроках физической культуры. Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры. Особенности мыслительной деятельности. Особенности проявления памяти. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры. Дидактические принципы.

Раздел 2. Психология спорта:

Психологические особенности спортивной деятельности. Психологическая характеристика физических качеств. Психологические особенности двигательных навыков. Стадии формирования двигательных навыков. Двигательные ощущения-основа саморегуляции моторных действий. Специализированные восприятия в спорте. Роль представлений в управлении движениями. Реакция в спорте. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Предсоревновательные психические состояния. Причины динамики предсоревновательного психического напряжения. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности. Психологические основы спортивной дидактики. Психологические основы обучения и спортивного совершенствования. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов. Психологическое обеспечение технической подготовки спортсменов. Психологическое обеспечение тактической подготовки спортсменов. Тактическое мышление спортсмена. Психологические особенности планирования тактических действий спортсмена и реализации плана. Методы совершенствования тактического мышления. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям.

Раздел 3. Психология деятельности учителя физической культуры:

Психология личности учителя физической культуры. Деятельность учителя физической культуры. Способности, необходимые учителю физической культуры. Умения учителя физической культуры. Стиль деятельности учителя физической культуры. Авторитет учителя физической культуры. Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры. Ученик - субъект учебной деятельности. Мотивационная сфера школьника. Самосознание школьника. Волевая сфера

школьника. Типические особенности личности школьников. Понятие об индивидуальности. Методы психолого-педагогического изучения учителем физической культуры личности школьника.

Раздел 4. Психология деятельности тренера:

Психология личности спортсмена. Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Формирование личности спортсмена. Методики изучения структурных компонентов личности спортсмена. Исследование личности спортсмена в системе общественных отношений. Социальная психология спортивных групп. Социально-психологические особенности спортивной группы. Лидерство в спортивной группе. Социально-психологический климат. Успешность спортивной деятельности и общение. Особенности взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен». Психологическое обеспечение спортивной деятельности. Мотивация спортивной деятельности. Психологические основы диагностики в спорте. Психологические основы отбора в спорте. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований. Психологические особенности спортивного соревнования. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям. Основы психорегуляции в спорте. Основы психогигиены в спорте. Задачи по психологии спорта. Спортивная деятельность. Личность спортсмена. Личность тренера. Межличностные взаимоотношения в спорте.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (16 ч.)

Раздел 1. Психология физической культуры (8 ч.):

Тема 1. Введение в психологию физической культуры и спорта (4 ч.).

Предмет психологии физической культуры и спорта. Педагогическая направленность психологии физической культуры. Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания. Взаимосвязь психологии физической культуры и психологии спорта. Задачи психологии физической культуры и спорта. Особенности деятельности в физической культуре и спорте.

Тема 2. Психологические основы обучения на уроках физической культуры (4 ч.).

Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры. Особенности мыслительной деятельности. Особенности проявления памяти. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры. Дидактические принципы.

Раздел 2. Психология спорта (8 ч.):

Тема 3. Психологические особенности спортивной деятельности (4 ч.).

Психологическая характеристика физических качеств. Психологические особенности двигательных навыков. Стадии формирования двигательных навыков. Двигательные ощущения-основа саморегуляции моторных действий. Специализированные восприятия в спорте. Роль представлений в управлении движениями. Реакция в спорте. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Предсоревновательные психические состояния. Причины динамики предсоревновательного психического напряжения. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности.

Тема 4. Психологические основы спортивной дидактики (4 ч.).

Психологические основы обучения и спортивного совершенствования. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов. Психологическое обеспечение технической подготовки спортсменов. Психологическое обеспечение

тактической подготовки спортсменов. Тактическое мышление спортсмена. Психологические особенности планирования тактических действий спортсмена и реализации плана. Методы совершенствования тактического мышления. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям.

Раздел 3. Психология деятельности школьника и учителя физической культуры (6 ч.):

Тема 5. Психология личности учителя физической культуры (2 ч.).

Деятельность учителя физической культуры. Способности, необходимые учителю физической культуры. Умения учителя физической культуры. Стиль деятельности учителя физической культуры. Авторитет учителя физической культуры.

Тема 6. Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры (4 ч.).

Ученик - субъект учебной деятельности. Мотивационная сфера школьника. Самосознание школьника. Волевая сфера школьника. Типические особенности личности школьников. Понятие об индивидуальности. Методы психолого-педагогического изучения учителем физической культуры личности школьника.

Раздел 4. Психология деятельности тренера и спортсмена (10 ч.):

Лекция 7. Психология личности спортсмена (2 ч.).

Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Формирование личности спортсмена. Методики изучения структурных компонентов личности спортсмена. Исследование личности спортсмена в системе общественных отношений.

Лекция 8. Социальная психология спортивных групп (2 ч.).

Социально-психологические особенности спортивной группы. Лидерство в спортивной группе. Социально-психологический климат. Успешность спортивной деятельности и общение. Особенности взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен».

Лекция 9. Психологическое обеспечение спортивной деятельности. (4 ч.).

Мотивация спортивной деятельности. Психологические основы диагностики в спорте. Психологические основы отбора в спорте. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований. Психологические особенности спортивного соревнования. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям. Основы психорегуляции в спорте. Основы психогигиены в спорте.

Лекция 10. Задачи по психологии спорта (2 ч.).

Спортивная деятельность. Личность спортсмена. Личность тренера. Межличностные взаимоотношения в спорте.

5.3 Содержание дисциплины: Практические (32 ч.)

Раздел 1. Психология физической культуры (14 ч.):

Тема 1. Психологическая характеристика физической культуры (4 ч.)

Вопросы для обсуждения:

Единство двух культур: физической и психической. Психологическая составляющая и ее значение в общей культуре человека. Понятие о предмете психологии

физической культуры.

Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании и ее отличие от спортивной деятельности. Связь психологии физической культуры с общей психологией и другими отраслями психологии. Связь психологии физической культуры с теорией и методикой физической культуры.

Задачи психологической науки в области физической культуры 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; психологических основ пропаганды в области массовой физической культуры.

Методы исследования, диагностики и развития в области физической культуры.

Тема 2. Мотивационные основы занятия физической культурой (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

Особенности мотивов занятий физической культурой на различных этапах обучения. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры. Потребность в движениях и новых впечатлениях как ведущий регулятор отношения к физическому воспитанию младших школьников. Стремление к взрослости, к самоутверждению, их влияние на отношение подростков к физическому воспитанию. Психологические факторы снижения интереса к физической культуре у старшеклассников.

Тема 3. Психологические основы обучения и воспитания (2 ч.).

Вопросы для обсуждения:

Физическое воспитание как деятельность и его психологическая характеристика. «Знаемые» и «осознаваемые» мотивы и их роль в физическом воспитании.

Структура двигательной деятельности: произвольные действия и произвольные операции, мотивы, значения и задачи.

Ориентирующая, регулирующая и моделирующая функция сознания в физическом воспитании.

Тема 4. Психологические основы обучения двигательным действиям (2 ч.).

Вопросы для обсуждения:

Современное представление о психологической структуре двигательного действия. Характеристика навыков по особенностям осознания движений, по характеру исполнения действий. Ориентирующая и регулирующая функции осознания в овладении двигательными действиями.

Психологические основы формирования двигательного навыка. Роль ощущений, восприятий, представлений и мышления в выполнении двигательного действия.

Теория поэтапного формирования умственных действий в применении к процессу овладения двигательными действиями.

Тема 5. Развитие психических процессов в физическом воспитании (4 ч.)

Вопросы для обсуждения:

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. Проявление положительных, отрицательных, активных и

пассивных эмоций на занятиях, их влияние на волевые процессы.

Формирование воли учащихся как важнейшая задача физической культуры школьников и молодежи. Психологическая характеристика волевых качеств: целеустремленности, смелости, решительности, инициативности, настойчивости.

Характеристика основных объективных трудностей, возникающих на уроках физической культуры. Характеристика типичных субъективных трудностей на уроках физической культуры.

Приемы активизации волевых усилий в работе со школьниками.

Раздел 2. Психология спорта (18 ч.):

Тема 6. Спорт как специфический вид деятельности (4 ч.).

Вопросы для обсуждения:

Возникновение и современное состояние психологии спорта в стране и за рубежом. Связь психологии спорта с общей психологией, другими отраслями психологии и смежными науками (физиологией, педагогикой, теорией и методикой спортивно-педагогических дисциплин). Понятие об объектах психологии спорта. Задачи психологии спорта.

Спорт как специфический вид человеческой деятельности. Общие психологические особенности спортивной деятельности. Структура спортивной деятельности. Мотивация, способы выполнения, результаты спортивной деятельности. Классификация видов спорта с учетом их психологических особенностей. Социальные функции спортивной деятельности. Культурно-историческая направленность и общие цели спортивной деятельности.

Тема 7. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

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 8. Психология спортивного соревнования (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

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.

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

Тема 9. Психологические основы обучения и совершенствования (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

Общее понятие о психологической подготовке. Психологическая подготовка как процесс формирования и закрепления необходимых отношений, совершенствования значимых для спорта свойств личности, воспитания спортивного характера. Виды

психологической подготовки.

Основные задачи волевой подготовки спортсмена. Значение социокультурного и психологического воспитания, формирования мировоззрения в волевой подготовке спортсмена.

Тема 10. Психологические основы физической подготовки (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

Понятие о психологических основах физической подготовки спортсмена. Особенности осознания физических качеств.

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.

Тема 11. Психологические основы технической подготовки (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

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.

Тема 12. Психологические основы тактической подготовки (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

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.

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

Тема 13. Волевая подготовка спортсмена как важнейшая составная часть психологической подготовки (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

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

Раздел 3. Психология деятельности школьника и учителя физической культуры (12 ч.):

Тема 14. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

Решение общевоспитательных 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.

Психологические основы самовоспитания. Организация самовоспитания как необходимое условие эффективности занятий физической культурой.

Тема 15. Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры (6 ч.)

Вопросы для обсуждения:

Обучающийся как субъект учебной деятельности. Учет возрастных особенностей школьников при организации процессов обучения и воспитания. Психологические особенности младшего школьного возраста. Подростковый возраст. Психологические и анатомо-физиологические особенности юношеского возраста. Особенности мотивации обучающихся в сфере физической культуры и спорта. Формирование самосознания школьника. Самооценка как основной компонент самосознания. Стадии формирования самооценки. Адекватная, неадекватно заниженная и неадекватно завышенная самооценки.

Возрастные особенности эмоциональной сферы обучающегося. Эмоциональная сфера младшего школьника. Эмоциональные особенности подростков. Особенности эмоциональных переживаний в старшем школьном возрасте.

Развитие волевых качеств личности школьника в процессе занятий физической культурой и спортом. Развитие волевых качеств в младшем школьном возрасте. Изменения волевой сферы личности в подростковом возрасте. Особенности волевой активности старшеклассника.

Понятие о характере. Пять основных групп черт характера. Понятие об акцентуациях характера. Основные типологии акцентуаций характера. Понятие об индивидуальности. Талант и способности как проявление индивидуальности.

Психолого-педагогическая диагностика личности школьника. Метод наблюдения. Беседа. Проведение анкетирования. Использование психологических тестов. Особенности социально-психологического эксперимента.

Тема 16. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физической культуры (4 ч.)

Вопросы для обсуждения:

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

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.

Раздел 4. Психология деятельности тренера и спортсмена (10 ч.):

Тема 17. Психология личности спортсмена (2 ч.)

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 интравертированности, силы воли с результативностью спортивной деятельности.

Влияние психологических особенностей личности на успешность спортсмена.

Тема 18. Психологические особенности спортивного коллектива (2 ч.)

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.

Тема 19. Психологические особенности деятельности и личности тренера (2 ч.)

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.

Стиль деятельности тренера. Стиль руководства коллективом команды. Особенности авторитарного (директивного), демократического (коллегиального) и либерального (попустительского) стиля 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.

Тема 20. Психолого-методическое обеспечение тренера (2 ч.)

Содержание психологического обеспечения спортивной деятельности: психодиагностика, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, психологическая подготовка, управление состоянием и поведением спортсмена.

Тема 21. Общая и специальная психологическая подготовка к соревнованию (2 ч.)

Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованию. Специфические черты спортивного характера: спокойствие (хладнокровие), уверенность, в себе, боевой

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

Специальная психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Признаки состояния психической готовности к соревнованию. Система звеньев психологической подготовки к конкретному соревнованию.

Психологическая подготовка спортсмена к продолжительному тренировочному процессу. Мотивация спортсмена в тренировочном процессе. Отношения, обеспечивающие успешность тренировочного процесса: отношение к спортивной жизни вообще, к выполняемой и предполагаемой нагрузке, отношение к возможным нервно-психическим перенапряжениям и к своим возможностям становления, отношение к качеству исполнения тренировочных заданий, к спортивному режиму.

Тема 22. Спортивная психодиагностика (4 ч.)

Понятие о спортивной психодиагностике. Теоретические принципы и задачи спортивной психодиагностики. Основные направления ее использования в психологическом обеспечении спортивной деятельности. Применение психодиагностики в системе комплексного психологического контроля при подготовке сборных команд: текущего обследования, этапного комплексного обследования, углубленного комплексного обследования

Методы спортивной психодиагностики. Методы измерения надежности и устойчивости соревновательной деятельности.

Методы исследования надежности психических процессов: ощущений, восприятий, внимания, памяти, мышления, интеллекта.

Методы исследования особенностей личности: мотивации, спортивных особенностей, свойств личности, методы диагностики и контроля психических состояний спортсменов.

Психодиагностические методы исследования особенностей спортивных коллективов и межличностных отношений спортсменов.

Тема 23. Психология спортивного отбора (4 ч.)

Понятие о психологических аспектах спортивного отбора на различных ее этапах. Основные методологические принципы спортивного отбора. Система психологического отбора спортсменов.

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.

Тема 24. Психогигиена и психопрофилактика в спорте. Основы психорегуляции в спорте (4 ч.)

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. Система психокорректирующей работы.

Понятие о саморегуляции и регуляции психических состояний. Задача психической

регуляции. Классификация и характеристика приемов, средств и методов саморегуляции и регуляции психических состояний.

Психологические средства саморегуляции и регуляции: отвлечение, переключение, внушение, убеждение, аутогенная тренировка, психорегулирующая и психомышечная тренировка, десенсибилизация. Самовнушение в спорте.

Основные теоретические подходы к регуляции и саморегуляции психических состояний: рефлексорная теория Павлова, метод прогрессивной релаксации Якобсона, психотерапия по Бехтереву, теория Шульца.

Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнований. Предсоревновательное поведение спортсмена и его регуляция.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (разделу)

61 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Шестой семестр (24 ч.)

Раздел 1. Психология физической культуры (10 ч.)

Вид СРС: *Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

- 1) Постройте схему «Методы исследования в физическом воспитании».
- 2) Составьте схему «Связь физического, психомоторного и психического развития».
- 3) Подберите методики диагностики мотивов и интересов занятия физической культурой.
- 4) Изучите методики диагностики волевых качеств личности.
- 5) Разработайте рекомендации по развитию волевых качеств школьников.
- 6) Разработайте рекомендации повышения интереса на уроках физической культуры.
- 7) Предложите способы формирования авторитета учителя физической культуры.
- 8) Подберите игры на регуляцию и саморегуляцию эмоциональных состояний школьников.

Раздел 2. Психология спорта (14 ч.)

Вид СРС: *Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

- 1) Пополните банк методик диагностики мотивов спортивной деятельности.
- 2) Законспектируйте этапы психодиагностической процедуры.
- 3) Осуществите диагностику личностных особенностей спортсмена, оформите протоколы, по результатам диагностики, сформулируйте психолого-педагогические рекомендации.
- 4) Предложите психолого-педагогические рекомендации по учету индивидуально-типологических особенностей спортсмена.
- 5) Подберите методы диагностики психических состояний спортсмена. Осуществите диагностику психических состояний спортсмена, оформите результаты исследования.
- 6) Предложите психолого-педагогические рекомендации по регуляции неблагоприятного психического состояния спортсмена.
- 7) Определите содержание психологической подготовки тренера.
- 8) Определите содержание психологической подготовки спортсмена.
- 9) Обоснуйте значение основных психорегулирующих средств восстановления в спорте.
- 10) Составьте схему: «Способы устранения конфликтов в спортивной среде».

Раздел 3. Психология деятельности школьника и учителя физической культуры (2 ч.):

Составьте перечень необходимых, профессионально значимых качеств учителя физической культуры.

Раскройте сущность эффективного взаимопонимания учителем учеников.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства

8.1. Компетенции и этапы формирования

№ п/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Модуль воспитательной деятельности	ПК-2
2	Предметно-методический модуль	ОПК-6.
3	Психолого-педагогический модуль	ОПК-6.
4	Предметно-технологический модуль	ОПК-6, ПК-2

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями			
ОПК-6.2 Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.			
Не способен применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.	В целом успешно, но бессистемно применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.	Способен в полном объеме применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.
ПК-2. Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность			
ПК-2.5. Объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности			
Не способен объяснять и	В целом успешно, но бессистемно	В целом успешно, но с отдельными недочетами	В полном объеме объясняет и

анализировать поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.	объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.	объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.	анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.
---	---	---	---

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

83. Вопросы промежуточной аттестации Седьмой семестр (Экзамен, ОПК-6.2, ПК-2.5)

1. Обоснуйте педагогическую направленность психологии физической культуры.
2. Охарактеризуйте психологию спорта как прикладную отрасль психологического знания.
3. Дайте психологическую характеристику деятельности в физическом воспитании и определите ее отличие от спортивной деятельности.
4. Отрадите методы исследования, диагностики и развития в области физической культуры.
5. Определите особенности мотивов занятий физической культурой на различных этапах обучения.
6. Отрадите факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры.
7. Раскройте структуру двигательной деятельности: произвольные действия и произвольные операции, мотивы, значения и задачи.
8. Опишите ориентирующую, регулирующую и моделирующую функции сознания в физическом воспитании.
9. Дайте современное представление о психологической структуре двигательного действия.
10. Представьте характеристику навыков по особенностям осознания движений и характеру исполнения действий.
11. Отрадите психологические основы формирования двигательного навыка.

Выявите роль ощущений, восприятий, представлений и мышления в выполнении двигательного действия.

12. Представьте теорию поэтапного формирования умственных действий применительно к процессу овладения двигательными действиями.

13. Охарактеризуйте развитие психических процессов и двигательных качеств как взаимосвязанный процесс.

14. Представьте основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов.

15. Отрадите особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой.

16. Определите значение общего положительного эмоционального фона для успеха занятий физической культурой. Обоснуйте проявление положительных, отрицательных, активных и пассивных эмоций на занятиях и раскройте их влияние на волевые процессы.

17. Представьте психологическую характеристику волевых качеств: целеустремленности, смелости, решительности, инициативности, настойчивости.

18. Раскройте формирование воли учащихся как важнейшую задачу физической культуры школьников и молодежи.

19. Дайте характеристику основных объективных трудностей и типичных субъективных трудностей, возникающих на уроках физической культуры.

20. Предложите приемы активизации волевых усилий в работе со школьниками.

21. Отрадите возникновение и современное состояние психологии спорта в стране и за рубежом.

22. Раскройте связь психологии спорта с общей психологией, другими отраслями психологии и смежными науками (физиологией, педагогикой, теорией и методикой спортивно-педагогических дисциплин).

23. Отрадите общие психологические особенности спортивной деятельности.

24. Охарактеризуйте структуру спортивной деятельности.

25. Представьте классификацию видов спорта с учетом их психологических особенностей.

26. Отрадите общие психологические особенности учебно-тренировочного процесса. Представьте психологические особенности совершенствования двигательных действий в спортивной тренировке.

27. Охарактеризуйте психические напряжения и перенапряжения в учебно-тренировочном процессе.

28. Раскройте психологические особенности адаптации спортсмена в условиях учебно-тренировочного процесса. Отрадите психологические основы индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.

29. Дайте характеристику соревнованию как основному виду спортивной деятельности и процессу борьбы за достижение высших спортивных результатов. Отрадите психологические особенности спортивного соревнования.

30. Опишите предсоревновательные, соревновательные и постсоревновательные состояния спортсменов и раскройте особенности оптимизации данных состояний.

31. Раскройте психологическую подготовку как процесс формирования и закрепления необходимых отношений, совершенствования значимых для спорта свойств личности, воспитания спортивного характера. Отрадите виды психологической подготовки.

32. Отрадите основные задачи волевой подготовки спортсмена. Определите значение социокультурного и психологического воспитания, формирования мировоззрения в волевой подготовке спортсмена.

33. Раскройте сущность понятия «психологические основы физической подготовки спортсмена». Представьте особенности осознания физических качеств.

34. Дайте психологическую характеристику физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости.
35. Отрадите специализированные восприятия физических качеств и раскройте их взаимодействие и связь с двигательными навыками.
36. Определите особенности развития физических качеств спортсменов в связи со спецификой вида спорта.
37. Раскройте понятие о психологических аспектах техники физических упражнений и технической подготовке спортсмена.
38. Отрадите психические процессы, участвующие в управлении движениями.
39. Раскройте сущность специализированных восприятий и определите пути их развития. Обоснуйте программирующую, регулирующую и тренирующую функции представления движений.
40. Отрадите психологические особенности двигательных навыков в спорте.
41. Определите роль идеомоторных актов в регуляции двигательных действий. Отрадите психологические особенности двигательных реакций в спорте.
42. Раскройте сущность психологических аспектов тактики в спорте и тактической подготовки спортсмена.
43. Охарактеризуйте тактику в спорте как высшую психическую регуляцию двигательных действий. Определите психологические особенности тактической подготовки спортсмена.
44. Раскройте сущность и значение антиципации в выполнении спортивных действий.
45. Определите психологические особенности тактического мышления в спортивной деятельности, отразите его сущность и значение в выполнении спортивных действий. Предложите способы развития тактического мышления спортсмена.
46. Отрадите особенности формирования важнейших волевых качеств спортсменов: целеустремленности, решительности, смелости, настойчивости, выдержки, самообладания, инициативности, дисциплинированности. Выявите правила общего и специализированного развития волевых качеств. Раскройте особенности самовоспитания воли спортсмена.
47. Определите особенности решения общевоспитательных задач на занятиях физической культурой. Отрадите 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.
48. Раскройте психологические основы самовоспитания. Охарактеризуйте правила организации самовоспитания как необходимого условия эффективности занятий физической культурой.
49. Дайте характеристику обучающемуся как субъекту учебной деятельности. Отрадите правила учета возрастных особенностей школьников при организации процессов обучения и воспитания.
50. Представьте психологические особенности младшего школьного возраста.
51. Охарактеризуйте подростковый возраст.
52. Раскройте психологические и анатомио-физиологические особенности юношеского возраста.
53. Определите особенности мотивации обучающихся в сфере физической культуры и спорта. Отрадите правила формирования самосознания школьника.
54. Охарактеризуйте самооценку как основной компонент самосознания. Перечислите и охарактеризуйте стадии формирования самооценки. Отрадите психологические особенности адекватной, неадекватно заниженной и неадекватно завышенной самооценки.

55. Определите возрастные особенности эмоциональной сферы обучающегося. Раскройте эмоциональную сферу младшего школьника.
56. Выявите эмоциональные особенности подростков. Представьте специфику эмоциональных переживаний в старшем школьном возрасте.
57. Определите правила развития волевых качеств личности школьника в процессе занятий физической культурой и спортом. Отрадите особенности развития волевых качеств в младшем школьном возрасте.
58. Отрадите особенности изменения в волевой сфере личности в подростковом возрасте. Раскройте особенности волевой активности старшеклассника.
59. Представьте характеристику понятия «характер». Определите пять основных групп черт характера.
60. Охарактеризуйте понятие «акцентуация характера». Представьте основные типологии акцентуаций характера.
61. Представьте характеристику понятия «индивидуальность». Опишите талант и способности как проявление индивидуальности.
62. Раскройте особенности психолого-педагогической диагностики личности школьника (метод наблюдения, беседа, анкетирование). Отрадите особенности использования психологических тестов и социально-психологического эксперимента.
63. Дайте общие психологические особенности деятельности учителя физической культуры. Определите мотивы, цели и общие требования к педагогической деятельности и личности.
64. Представьте объективные и субъективные трудности в деятельности учителя физической культуры. Раскройте психологическую структуру деятельности учителя физической культуры.
65. Раскройте психологические основы педагогического такта. Отрадите психологическую характеристику личности учителя физической культуры и индивидуальный стиль деятельности.
66. Отрадите правила контроля учителем сложившихся в классе: взаимных требований и оценок, самооценок и самоутверждения личности в коллективе, психологического соперничества и соревнования, взаимопонимания, готовности к сопереживанию и сочувствию, взаимного внушения и подражания.
67. Представьте характеристику лидерства и коллективных традиций в классе, определите особенности их учета в процессе занятий физической культурой в школе.
68. Объясните связь особенностей личности с успешностью спортивной деятельности. Отрадите общее и специфическое в складе личности.
69. Представьте особенности гражданской и спортивной направленности спортсмена. Определите отличительные черты личности, характеризующие спортсменов.
70. Охарактеризуйте физиологические факторы эффективности подготовки: влияние свойств нервной системы (силы, подвижности, динамичности, лабильности) на успешность спортивной деятельности.
71. Дайте характеристику психологическим факторам подготовки: когнитивные элементы подготовки; взаимосвязь целеустремленности, инициативности, смелости, эмоциональной устойчивости, экстра- и интравертированности, силы воли с результативностью спортивной деятельности.
72. Отрадите особенности влияния психологических особенностей личности на успешность спортсмена.
73. Представьте специфику психологической структуры спортивного коллектива. Отрадите формальную структуру спортивной команды.
74. Обоснуйте особенности распределения спортивных ролей в команде. Представьте характер субординационных отношений внутри команды. Определите роль коллектива в воспитании спортсменов и формировании у них активной жизненной позиции.

75. Раскройте сущность неформальной структуры спортивной команды. Определите взаимоотношение между формальной и неформальной структурами спортивной команды.

76. Отрадите психологические особенности руководства спортивным коллективом. Обоснуйте особенности организации неформальной структуры команды как отражение интерперсональной зависимости между спортсменами.

77. Раскройте проблему лидерства в спорте. Охарактеризуйте лидера как неофициального руководителя спортивной команды, отразите его взаимоотношение с тренером.

78. Отрадите основные функции лидерства, их интеграцию. Представьте классификацию типов лидерства.

79. Определите индивидуально-психологические особенности спортивных лидеров.

80. Раскройте содержание и место основных функций тренера как официального руководителя (информационная, обучающая, воспитательная, руководящая, административная).

81. Охарактеризуйте индивидуально-психологические особенности личности тренера: нравственные качества, черты темперамента и характера, особенности волевой сферы. Определите влияние тренера на формирование личности спортсмена и успешность спортивной деятельности команды.

82. Отрадите особенности стиля деятельности тренера. Определите стили руководства коллективом команды. Раскройте особенности и характер отношений спортсменов и тренера при авторитарном (директивном), демократическом (коллегиальном) и либеральном (попустительском) стилях управления командой при том или ином стиле руководства.

83. Представьте сущность индивидуального стиля руководства командой. Раскройте связи между стилем управления и успешностью деятельности спортивной команды.

84. Отрадите содержание психологического обеспечения спортивной деятельности: психодиагностика, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, психологическая подготовка, управление состоянием и поведением спортсмена.

85. Раскройте общую психологическую подготовку спортсмена к соревнованию. Опишите специфические черты спортивного характера (спокойствие (хладнокровие), уверенность, в себе, боевой дух).

86. Раскройте сущность процесса воспитания в структуре общей психологической подготовки спортсмена. Отрадите основные методы воздействия на спортсмена.

87. Опишите процесс самовоспитания в структуре общей психологической подготовки спортсмена.

88. Охарактеризуйте специальную психологическую подготовку к конкретному соревнованию. Представьте признаки состояния психической готовности к соревнованию.

89. Раскройте систему звеньев психологической подготовки к конкретному соревнованию.

90. Представьте характеристику психологической подготовки спортсмена к продолжительному тренировочному процессу. Охарактеризуйте мотивацию спортсмена в тренировочном процессе.

91. Раскройте особенности отношений, обеспечивающие успешность тренировочного процесса (отношение к спортивной жизни вообще, к выполняемой и предполагаемой нагрузке, отношение к возможным нервно-психическим перенапряжениям и к своим возможностям становления, отношение к качеству исполнения тренировочных заданий, к спортивному режиму).

92. Определите сущность спортивной психодиагностики. Отрадите теоретические

принципы и задачи спортивной психодиагностики. Раскройте основные направления ее использования в психологическом обеспечении спортивной деятельности.

93. Обоснуйте правила применения психодиагностики в системе комплексного психологического контроля при подготовке сборных команд (текущего обследования, этапного комплексного обследования, углубленного комплексного обследования).

94. Раскройте методы спортивной психодиагностики. Определите методы измерения надежности и устойчивости соревновательной деятельности.

95. Выявите методы исследования надежности психических процессов: ощущений, восприятий, внимания, памяти, мышления, интеллекта.

96. Определите сущность методов исследования особенностей личности (мотивации, спортивных особенностей, свойств личности, методы диагностики и контроля психических состояний спортсменов).

97. Раскройте психодиагностические методы исследования особенностей спортивных коллективов и межличностных отношений спортсменов.

98. Представьте сущность психологических аспектов спортивного отбора на различных этапах. Отрадите основные методологические принципы спортивного отбора.

99. Раскройте систему психологического отбора спортсменов.

100. Определите особенности выявления 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).

101. Представьте параметры прогнозирования успешности выступления спортсмена по уровню развития волевых, эмоциональных, интеллектуальных, сенсорных и социально-психологических качеств на втором этапе спортивной селекции.

102. Отрадите особенности психодиагностики готовности спортсменов к участию в конкретном соревновании на основе индивидуальных психологических характеристик на третьем этапе отбора.

103. Обоснуйте сущность психогигиенической и психопрофилактической работы в спорте. Раскройте понятие о динамике состояний спортсмена в реальных условиях напряженной тренировочной и соревновательной деятельности.

104. Представьте систему комплексной регистрации данных для изучения динамики состояний спортсмена.

105. Определите сущность психореабилитации. Охарактеризуйте систему психокорригирующей работы.

106. Раскройте сущность саморегуляции и регуляции психических состояний. Определите задачи психической регуляции.

107. Представьте классификацию и характеристику приемов, средств и методов саморегуляции и регуляции психических состояний.

108. Раскройте психологические средства саморегуляции и регуляции (отвлечение, переключение, внушение, убеждение, аутогенная тренировка, психорегулирующая и психомышечная тренировка, десенсибилизация). Дайте характеристику самовнушению в спорте.

109. Определите основные теоретические подходы к регуляции и саморегуляции психических состояний (рефлекторная теория Павлова, метод прогрессивной релаксации Якобсона, психотерапия по Бехтереву, теория Шульца).

110. Раскройте сущность ситуативного управления состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнований. Охарактеризуйте предсоревновательное поведение спортсмена и правила его регуляция.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен позволяет оценить сформированность общепрофессиональных и профессиональных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, готовность к практической деятельности, приобретенные навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Устный ответ на экзамене

При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности: учебное пособие [Электронный ресурс] / С.К. Багадирова. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 198 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>
2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 531 с. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт . — URL: <https://urait.ru/bcode/450632>
3. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология : учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.В. Фомина. – Москва : МПГУ, 2016. – 172 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472087>

Дополнительная литература

1. Ильина, Н. Л. Психология тренера / Н. Л. Ильина. – СПб : Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. – 109 с. – Режим доступа: URL <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457948>.
2. Майдокина, Л. Г. Психологическое обеспечение подготовки спортсмена : учеб. пособие / Л. Г. Майдокина, Е. Н. Филиппова; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2015. – 151 с.
3. Майдокина, Л. Г. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие / Л. Г. Майдокина, Р. Д. Чуманина ; Мордов. гос. пед. ин-т, 2017. – 197 с.
4. Психология физической культуры : учебник / под общ. ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. – М. : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: по подписке. – URL <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>.
5. Спортивная психология / под ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2012. – 440 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>.

6. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 147 с. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт. – URL: <https://urait.ru/bcode/453606>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://www.psychology.net.ru> - Мир психологии
2. <http://teoriya.ru/ru> - Журнал "Теория и практика физической культуры и спорта"
3. <http://www.bibliociub.ru> - Электронная библиотечная система «Универсальная библиотека онлайн»
4. <http://www.elibraru.ru> - Научная электронная библиотека «e-library»
5. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации
6. <http://www.sport-psy.ru/> - Журнал спортивный психолог

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на практическом занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к

информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

121 Перечень программного обеспечения (обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

122 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

123 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Профессиональная база данных «Портал открытых данных Министерства культуры Российской Федерации» (<http://opendata.mkrf.ru/>)
3. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ) (№ 107).

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, клав., мышь, коврик, проектор, интерактивный экран, лазерная указка), доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Лицензионное программное обеспечение:

- Microsoft Windows 7 Pro – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.
- Microsoft Office Professional Plus 2010 – № 48751616 от 05.07.2011 г.
- 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г