Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра физиологии и биохимии

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | 1. СОГЛАСОВАНО 2. Начальник Учебно- 3. методического управления 4. канд. биол. наук, доцент И.В. Осадченко 5. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 6. «19» мая 2025 г. | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК  проректор по учебной работе  канд. пед. наук, доцент А.П. Морозов  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «19» мая 2025 г. | |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

**Б1.В.02**

**Направление подготовки:**

**49.04.01 Физическая культура**

ОПОП «Естественнонаучные проблемы физической культуры»

**Квалификация выпускника**

**Магистр**

**Форма обучения**

Очная/Заочная

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  |  |  | | --- | --- | --- | | СОГЛАСОВАНО  Декан факультета  магистерской подготовки  канд.фармацевт.наук., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А.Вощинина  «19» мая 2025 г. |  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол №8 от 29.04.2025г.)  Заведующий кафедрой, канд.биол.наук, доцент \_\_\_\_\_\_\_\_Стрельникова И .В.  «29» апреля 2025 г. | |  |  |  |  |

**Малаховка 2025**

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – магистратура по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 19 сентября 2017 г., № 944 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16 октября 2017 г., регистрационный номер № 48561).

**Составители рабочей программы:**

Стрельникова Ирина Владимировна, кандидат биологических наук, доцент

Стрельникова Галина Владимировна, ст.преподаватель

**Рецензенты:**

Осадченко Ирина Владимировна

кандидат биологических наук, доцент

Лактионова Тамара Ивановна

Кандидат медицинских наук, доцент

Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.04.01):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Код ПС | **Профессиональный стандарт** | **Приказ Минтруда России** | Аббрев. исп. в РПД |
| **05 Физическая культура и спорт** | | | |
| 05.003 | [*"Тренер"*](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 27 апреля 2023 г. N 362н | Т |
| 05.008 | [*"Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта"*](http://internet.garant.ru/document/redirect/71249184/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 27 апреля 2023 г. N 363н | Р |
| 05.012 | ***«Тренер-преподаватель"*** | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 30 августа 2023 г. N 68 | Т-П |

1. **Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:**

**ПК-4.** Способен применять знания из области подготовки спортсменов (новейшие теории, интерпретации, методы и технологии, в том числе информационные) в тренерской деятельности

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Знания:***  индивидуально-типологические особенности спортсменов, требующие учета в тренерской деятельности; | **Р 05.008**  D/02.7  Организация тренировочной, соревновательной деятельности и воспитательной работы в субъекте профессионального спорта  D/05.7  Управление методическим, информационным обеспечением и маркетинговой деятельностью субъекта профессионального спорта  **Т 05.003**  D/03.7  Планирование и проведение тренировочных мероприятий (занятий) сборной команды Российской Федерации с учетом специализации в виде спорта  D/05.7  Организация, координация и контроль работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов сборной команды Российской Федерации  **Т-П 05.012**  B/01.7  Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды муниципального уровня, субъекта Российской Федерации, физкультурно-спортивных обществ (по виду спорта, спортивной дисциплине)  B/11.7  Организация воспитательной работы в спортивных сборных командах муниципального уровня, субъекта Российской Федерации, физкультурно-спортивных обществ (по виду спорта, спортивной дисциплине) | ПК-4 |
| ***Умения:***  применять в тренировочном процессе знания об индивидуально-типологических особенностей спортсменов; |
| ***Навыки и/или опыт деятельности:***  применения знаний об индивидуально-типологических особенностях спортсменов, требующих учета в тренерской деятельности |

1. **2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.**
2. Дисциплина «Индивидуально-типологические аспекты физической культуры» в структуре образовательной программы относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.
3. В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается в 2 семестре очной и 3 семестре заочной форм обучения. Вид промежуточной аттестации – зачет с оценкой.
4. **3. Объем дисциплины и виды учебной работы:**

*очная форма обучения*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Вид учебной работы* | *Всего часов* | *Семестр* |
| **3** |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | **18** | **18** |
| В том числе: |  |  |
| Лекции | 8 | 8 |
| Семинары | 22 | 22 |
| **Самостоятельная работа (всего)** | **114** | **114** |
| Вид промежуточной аттестации | Диф.зачет | Диф.зачет |
| Общая трудоемкость часы  зачетные единицы | 144  4 | 144  4 |

1. *заочная форма обучения*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестры |
| **3** |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | 14 | 14 |
| В том числе: | | | |
| Лекции | | 4 | 4 |
| Семинары | | 10 | 10 |
| **Самостоятельная работа** | | 130 | 130 |
| Вид промежуточной аттестации | | зачет | зачет |
| **Общая трудоемкость:** | **часы** | 144 | 144 |
| **зачетные единицы** | 4 | 4 |

**4. Содержание дисциплины**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Содержание раздела | Всего часов |
| 1. | Дифференциальная психофизиология как наука, изучающая индивидуально-типологические особенности человека | Теоретические основы дифференциальной психофизиологии. Определение понятий «индивидуальное» и «типологическое». Основные факторы происхождения индивидуальных различий: наследственность и среда, врожденное и приобретенное. Единство природного и социального в человеке: понятия “организм”, “личность”, “индивидуальность”, их соотношение. Структура индивидуальности и личности с точки зрения дифференциальной психологии и психофизиологии. |  |
| 2. | Темперамент и типологические особенности проявления  свойств нервной системы | Соотношение понятий "свойство нервной системы" и "типологические особенности проявления свойств нервной системы". Характеристики типологических особенностей проявления свойств нервной системы. Структура и классификация свойств нервной системы. Парциальные и общие свойства нервной системы. Характеристика отдельных свойств нервной системы. Сила нервной системы. Подвижность-инертность и лабильность нервных процессов. Баланс нервных процессов. Возрастно-половые особенности проявления свойств нервной системы. Методические вопросы изучения свойств нервной системы. Пути повышения надежности диагностики типологических особенностей проявления свойств нервной системы. "Произвольные" и "непроизвольные" методики изучения свойств нервной системы. О методах наблюдения и опроса при изучении свойств нервной системы. |  |
| 3. | Особенности личности и деятельности как дифференциально-психофизиологическая проблема | Особенности личности и свойства нервной системы. Связь способностей с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. Познавательные способности и типологические особенности. Волевые качества и свойства нервной системы. Устойчивость к неблагоприятным состояниям и типологические особенности. |  |
| 4. | Дифференциальная психофизиология спортивной деятельности | Выраженность типологических особенностей свойств нервной системы у представителей разных видов спорта. Стили спортивной деятельности. Оптимальность условий деятельности для спортсменов с разными типологическими особенностями. Реакция на нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей. Особенности построения тренировочных программ в зависимости от индивидуальных особенностей. |  |
| 5 | Когнитивные аспекты спортивного мастерства | Современные теоретико-методологические подходы к изучению когнитивных аспектов спортивного мастерства. Классификация подходов в зависимости от типа задач, рассматриваемого феномена и объяснения причин когнитивных различий между квалифицированными спортсменами. Экспертный, когнитивный подходы и подход экологической динамики. Понятие **когнитивных стилей как устойчивых индивидуальных особенностей познавательных стратегий и установок в процессах восприятия, анализа, категоризации, оценивания происходящего.** Виды когнитивных стилей. Особенности когнитивных стилей спортсменов разных видов спорта. Учёт особенностей когнитивного стиля спортсмена в ходе тренировочной деятельности. Методы диагностики когнитивных стилей |  |

1. **Разделы дисциплины и виды учебной работы:**

очная форма обучения

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего |
| Л | С | СРС |
| 1. | Дифференциальная психофизиология как наука, изучающая индивидуально-типологические особенности человека | 2 | 4 | 22 | 28 |
| 2. | Темперамент и типологические особенности проявления  свойств нервной системы | 2 | 4 | 22 | 28 |
| 3. | Особенности личности и деятельности как дифференциально-психофизиологическая проблема | 2 | 4 | 22 | 28 |
| 4. | Дифференциальная психофизиология спортивной деятельности | 2 | 4 | 22 | 28 |
| 5. | Когнитивные аспекты спортивного мастерства |  | 6 | 26 | 32 |
|  | Итого | 8 | 22 | 114 | 144 |

заочная форма обучения

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего |
| Л | С | СРС |
| 1. | Дифференциальная психофизиология как наука, изучающая индивидуально-типологические особенности человека | 2 | 2 | 24 | 28 |
| 2. | Темперамент и типологические особенности проявления  свойств нервной системы | 2 | 2 | 24 | 28 |
| 3. | Особенности личности и деятельности как дифференциально-психофизиологическая проблема |  | 2 | 26 | 28 |
| 4. | Дифференциальная психофизиология спортивной деятельности |  | 2 | 26 | 28 |
| 5. | Когнитивные аспекты спортивного мастерства |  | 2 | 30 | 32 |
|  | Итого | 4 | 10 | 130 | 144 |

1. **6.** **Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины:**
2. **6.1. Основная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
| 1. 1. | Николаева, Е. И. Психофизиология. Психологическая физиология с основами физиологической психологии : учебник / Е. И. Николаева. — 5-е изд. — Москва : ПЕР СЭ, Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 623 c. — ISBN 978-5-9292-0179-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/140980.html | 50 | 1 |
| 1. 2. | Поварещенкова, Ю. А. Психофизиологический статус спортсменов различных специализаций : учебное пособие / Ю. А. Поварещенкова ; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2015. - Библиогр.: с. 107-108. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 1. 3. | Разумникова, О. М. Дифференциальная психология : учебно-методическое пособие / О. М. Разумникова. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2019. — 160 c. — ISBN 978-5-7782-4038-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/99179.html (дата обращения: 20.06.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 1. 4. | Данилова, Н. Н. Психофизиология : учебник / Н. Н. Данилова. — Москва : Аспект Пресс, 2012. — 368 c. — ISBN 978-5-7567-0220-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/8869.html](http://www.iprbookshop.ru/8869.html%20) (дата обращения: 16.06.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 1. 5. | Фомина, Е. В. Спортивная психофизиология : учебное пособие / Е. В. Фомина. — 2-е изд. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 172 c. — ISBN 978-5-4263-0412-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/145701.html. — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

**6.2. Дополнительная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
| 1. | Селиверстова, В. В. Психофизиологическое тестирование спортсменов / В. В. Селиверстова, Д. С. Мельников. - Санкт-Петербург, 2014. - Библиогр.: с. 81. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 16.06.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 2. | Кофман, Л. Б. Инновационные методы психофизиологического анализа деятельности спортсменов / ВНИИФК // Вестник спортивной науки. - 2015. - № 3. - С. 19-23 | 2 | - |
| 3. | Полевщиков М. М. Диагностика предстартового функционального состояния организма спортсменов на основе психофизиологических параметров ЦНС / Мар. гос. ун-т, Мар. гос. техн. ун-т // Вестник спортивной науки. - 2009. - № 3. - С. 39-43 | 2 | - |
| 4. | Ильин, Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. - СПб. : Питер, 2007. - 544 с. | 5 | 1 |
| 5. | Шульговский, В. В. Физиология высшей нервной деятельности с основами нейробиологии : учебник. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Академия, 2008. - 528 с. | 10 | 1 |

**7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет». Информационно-справочные и поисковые системы, профессиональные базы данных:**

1. Антиплагиат: российская система обнаружения текстовых заимствований <https://antiplagiat.ru/>
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
3. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>
4. Московская государственная академия физической культуры <https://mgafk.ru/>
5. Образовательная платформа МГАФК (SAKAI) <https://edu.mgafk.ru/portal>
6. Сервис организации видеоконференцсвязи, вебинаров, онлайн-конференций, интерактивные доски МГАФК <https://vks.mgafk.ru/>
7. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
8. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
9. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
10. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
11. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
12. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
13. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

**8.1. Специализированные аудитории и оборудование**

1. Лекционный зал с мультимедийным оборудованием
2. Аудитория для проведения семинаров и лабораторных работ 403(оснащена мультимедийным оборудованием)
3. Аудитория для проведения семинаров и лабораторных работ 406(оснащена мультимедийным оборудованием)
4. Аудитория для проведения семинаров и лабораторных работ 407(оснащена мультимедийным оборудованием)
5. Аудитория для проведения семинаров и лабораторных работ 408 (оснащена мультимедийным оборудованием)
6. Мультимедиа (видеофильмы и слайды).
7. АПК «Функциональные асимметрии».
8. АПК «Спортивный психофизиолог»
9. АПК «Биомышь»
10. Бланки диагностических методик

**8.2. Программное обеспечение:**

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или лицензионная версия Microsoft Office.

Для контроля знаний обучающихся используется «Программный комплекс для автоматизации процессов контроля текущей успеваемости методом тестирования и для дистанционных технологий в обучении» разработанной ЗАО «РАМЭК-ВС»

**8.3 Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система Front Row to Go в комплекте (системы свободного звукового поля);

*-* «ElBrailleW14J G2;

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к рабочей программе дисциплины*

*«Индивидуально-типологические аспекты физической культуры»*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра физиологии и биохимии

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол №12/24 от 19 мая 2025 г.

Председатель УМК,

проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.П.Морозов

«19» мая 2025 г

**Фонд оценочных средств по дисциплине**

**«ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

**Б1.В.02**

**Направление подготовки**

49.04.01Физическая культура

Уровень магистратуры

ОПОП «Естественнонаучные проблемы физической культуры»

**Форма обучения:**

очная/заочная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол № 8 от «29» апреля 2025г.)

Зав. кафедрой канд.биол.наук, доцент

Стрельникова И.В.

«29» апреля 2025г

Малаховка 2025 год

1. **Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине**

**«Индивидуально-типологические аспекты физической культуры»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Формируемые компетенции** | **Трудовые функции** | **ЗУНы** | **Индикаторы достижения** |
| **ПК-4**  Способен применять знания из области подготовки спортсменов (новейшие теории, интерпретации, методы и технологии, в том числе информационные) в тренерской деятельности | **Р 05.008**  D/02.7  Организация тренировочной, соревновательной деятельности и воспитательной работы в субъекте профессионального спорта  D/05.7  Управление методическим, информационным обеспечением и маркетинговой деятельностью субъекта  **Т 05.003**  D/03.7  Планирование и проведение тренировочных мероприятий (занятий) сборной команды Российской Федерации с учетом специализации в виде спорта  D/05.7  Организация, координация и контроль работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов сборной команды Российской Федерации  **Т-П 05.012**  B/01.7  Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды муниципального уровня, субъекта Российской Федерации, физкультурно-спортивных обществ (по виду спорта, спортивной дисциплине)  B/11.7  Организация воспитательной работы в спортивных сборных командах муниципального уровня, субъекта Российской Федерации, физкультурно-спортивных обществ (по виду спорта, спортивной дисциплине) | Знает :  - индивидуально-типологические особенности спортсменов, требующие учета в тренерской деятельности  Умеет:  - применять в тренировочном процессе знания об индивидуально-типологических особенностях спортсменов  Имеет опыт:  применения знаний об индивидуально-типологических особенностях спортсменов, требующих учета в тренерской деятельности | Определяет индивидуально-типологические особенности спортсменов  для их учета в тренерской деятельности |

1. **Вопросы к дифференцированному зачету по дисциплине**

**«Индивидуально-типологические аспекты физической культуры»**

1. Дифференциальная психофизиология как наука, которая изучает индивидуальные и типические различия между людьми, обусловленные психофизиологическими особенностями. Определение понятий «индивидуальное» и «типологическое».
2. Основные факторы происхождения индивидуальных различий: наследственность и среда, врожденное и приобретенное.
3. Единство природного и социального в человеке: понятия “организм”, “личность”, “индивидуальность”, их соотношение.
4. Структура индивидуальности и личности с точки зрения дифференциальной психологии и психофизиологии.
5. История развития дифференциальной психологии и психофизиологии. Значение исследований И.П.Павлова, Б.М.Теплова, В.Д.Небылицына для формирования современных представлений об основах индивидуально-типологических различий.
6. Типологические свойства нервной системы как главные нейрофизиологические характеристики индивидуальности
7. Структура и классификация свойств нервной системы. Парциальные и общие свойства нервной системы.
8. Характеристика силы, подвижности и лабильности нервных процессов. Баланс нервных процессов.
9. Возрастно-половые особенности проявления свойств нервной системы.
10. Биоэлектрические (ЭЭГ) и небиоэлектрические (аппаратные) показатели свойств силы и лабильности.
11. Свойство активированности и его электрофизиологические показатели.
12. Темперамент. Определения. Эмоциональность и активность как черты темперамента.
13. Современные психофизиологические исследования активности и эмоциональности, активности и реактивности (Я. Стреляу, В.Д. Небылицын, В.М. Русалов и др.).
14. Конкретные методики определения типа темперамента.
15. Особенности личности и свойства нервной системы.
16. Информационная теория эмоций П.В. Симонова и темперамент.
17. Способности. Определения. Классификация общих и специальных способностей.
18. Способности и индивидуально-типологические свойства. Связь способностей с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы.
19. Задатки — комбинации общих и специально человеческих типологических свойств нервной системы.
20. Соотношение способностей и склонностей, интересов (обусловленных мотивацией) с успешностью деятельности.
21. Выраженность типологических особенностей свойств нервной системы у представителей разных видов спорта, их обусловленность особенностями выполняемой спортивной деятельности.
22. Стили спортивной деятельности, их связь с типологическими особенностями свойств нервной системы.
23. Успешность спортивной деятельности и свойства нервной системы и темперамента.
24. Устойчивость к неблагоприятным состояниям и типологические особенности.
25. Реакция на нагрузку максимальной мощности организма спортсменов с разными свойствами нервной системы.
26. Реакция на нагрузку субмаксимальной мощности организма спортсменов с разными свойствами нервной системы.
27. Реакция на нагрузку большой и умеренной мощности организма спортсменов с разными свойствами нервной системы.
28. Прикладное значение дифференциальной психофизиологии для сферы физической культуры и спорта.
29. Особенности построения программы отдельных тренировочных занятий для спортсменов с разной силой нервных процессов.
30. Особенности построения программы отдельных тренировочных занятий для спортсменов с разной подвижностью нервных процессов.
31. Особенности годового планирования тренировочной нагрузки для спортсменов с разными индивидуально-типологическими свойствами.
32. Особенности технической подготовки спортсменов в разным стилем соревновательной деятельности.

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если студент обладает глубокими и прочными знаниями программного материала; при ответе продемонстрировал исчерпывающие, последовательные и логически стройные изложения; правильно сформулировал понятия и закономерности по вопросу; использовал примеры из дополнительной литературы и практики; сделал вывод по излагаемому материалу;

- оценка «хорошо» - если студент обладает достаточно полным знанием программного материала; его ответ представляет грамотное изложение учебного материала по существу; отсутствует существенные неточности в формулировании понятий; правильно применены теоретические положения, подтвержденные примерами; сделан вывод;

- оценка «удовлетворительно» - если студент имеет общие знание основного материала без усвоения некоторых существенных положений; формулирует основные понятия некоторой неточностью; затрудняется в приведении примеров, подтверждающих теоретические положения;

- оценка «неудовлетворительно» - если студент не знает значительную часть программного материала; допустил существенные ошибки в процессе изложения; не умеет выделить главное и сделать вывод; приводит ошибочные определения.

1. **Вопросы для обсуждения в ходе дискуссии**

**по дисциплине**

**«Индивидуально-типологические аспекты физической культуры»**

**Раздел№1. Дифференциальная психофизиология как наука, изучающая индивидуально-типологические особенности человека.**

1. Дифференциальная психофизиология как наука, которая изучает индивидуальные и типические различия между людьми, обусловленные психофизиологическими особенностями. Определение понятий «индивидуальное» и «типологическое».
2. Основные факторы происхождения индивидуальных различий: наследственность и среда, врожденное и приобретенное.
3. Единство природного и социального в человеке: понятия “организм”, “личность”, “индивидуальность”, их соотношение.
4. Структура индивидуальности и личности с точки зрения дифференциальной психологии и психофизиологии.
5. История развития дифференциальной психологии и психофизиологии. Значение исследований И.П.Павлова, Б.М.Теплова, В.Д.Небылицына для формирования современных представлений об основах индивидуально-типологических различий.

**Раздел №2. Темперамент и типологические особенности проявления   
свойств нервной системы.**

**Характеристика отдельных свойств нервной системы и темперамента.**

1. Типологические свойства нервной системы как главные нейрофизиологические характеристики индивидуальности
2. Структура и классификация свойств нервной системы. Парциальные и общие свойства нервной системы.
3. Характеристика силы, подвижности и лабильности нервных процессов. Баланс нервных процессов.
4. Темперамент. Определения. Эмоциональность и активность как черты темперамента.
5. Возрастно-половые особенности проявления свойств нервной системы.

**"Произвольные" и "непроизвольные" методики изучения свойств нервной системы.**

1. Биоэлектрические (ЭЭГ) и небиоэлектрические (аппаратные) показатели свойств силы и лабильности.
2. Свойство активированности и его электрофизиологические показатели.
3. Современные психофизиологические исследования активности и эмоциональности, активности и реактивности (Я. Стреляу, В.Д. Небылицын, В.М. Русалов и др.).
4. Конкретные методики определения типа темперамента.

**Раздел №3. Особенности личности и деятельности как дифференциально-психофизиологическая проблема.**

1. Особенности личности и свойства нервной системы.
2. Информационная теория эмоций П.В. Симонова и темперамент.
3. Способности. Определения. Классификация общих и специальных способностей.
4. Способности и индивидуально-типологические свойства. Связь способностей с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы.

**Раздел №4. Дифференциальная психофизиология спортивной деятельности.**

**Выраженность типологических особенностей свойств нервной системы у представителей разных видов спорта.**

1. Задатки — комбинации общих и специально человеческих типологических свойств нервной системы.
2. Соотношение способностей и склонностей, интересов (обусловленных мотивацией) с успешностью деятельности.
3. Выраженность типологических особенностей свойств нервной системы у представителей разных видов спорта, их обусловленность особенностями выполняемой спортивной деятельности.
4. Стили спортивной деятельности, их связь с типологическими особенностями свойств нервной системы.

**Реакция на нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей.**

1. Успешность спортивной деятельности и свойства нервной системы и темперамента.
2. Устойчивость к неблагоприятным состояниям и типологические особенности.
3. Реакция на нагрузку максимальной мощности организма спортсменов с разными свойствами нервной системы.
4. Реакция на нагрузку субмаксимальной мощности организма спортсменов с разными свойствами нервной системы.
5. Реакция на нагрузку большой и умеренной мощности организма спортсменов с разными свойствами нервной системы.

**Особенности построения тренировочных программ в зависимости от индивидуальных особенностей.**

1. Прикладное значение дифференциальной психофизиологии для сферы физической культуры и спорта.
2. Особенности построения программы отдельных тренировочных занятий для спортсменов с разной силой нервных процессов.
3. Особенности построения программы отдельных тренировочных занятий для спортсменов с разной подвижностью нервных процессов.
4. Особенности годового планирования тренировочной нагрузки для спортсменов с разными индивидуально-типологическими свойствами.
5. Особенности технической подготовки спортсменов в разным стилем соревновательной деятельности.

**Критерии оценки:**

- оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если магистрант активен в ходе дискуссии, дает развернутые ответы на задаваемые ему вопросы, высказывает свою точку зрения, ориентируется при работе с диагностическим оборудованием;

- оценка «не зачтено» - если магистрант не проявляет активности в ходе дискуссии, делает существенные ошибки при ответе на задаваемые вопросы, не может соотнести диагностическое оборудование с рассматриваемыми методиками.

**4. Практические задания.**

1. Представьте и обоснуйте объем и интенсивность нагрузок в тренировочном микроцикле общеподготовительного периода для спортсменов с разными свойствами нервной системы.
2. В поэме А.С.Пушкина «Полтава» говорится о Петре 1 «Его глаза сияют, лик ужасен, движенья быстры, он прекрасен, он весь как божия гроза». Какой тип темперамента соответствует этой характеристике? Какими диагностическими методиками вы можете подтвердить свой ответ?
3. Считаете ли вы целесообразным выявление типа темперамента при отборе и ориентации для занятий определёнными видами спорта? Почему?
4. Совпадает ли характеристика типа ВНД с социальной значимостью человека?
5. Ученик 5 класса часто оказывается победителем в беге на короткие дистанции на уроках физкультуры. Он также занимается в кружке робототехники, с увлечением работает над созданием сложных моделей и каждую доводит до конца. Отвечая на вопросы, он оживленно жестикулирует. К какому типу ВНД относится данных ученик?
6. Предложите мероприятия по регуляции предсоревновательного состояния спортсменов с разными свойствами нервной системы.

**Критерии оценки:**

- оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если магистрант активен в ходе выполнения задания, дает развернутые ответы на задаваемые ему вопросы, высказывает свою точку зрения, обосновывает решение;

- оценка «не зачтено» - если магистрант не проявляет активности в ходе выполнения задания, делает существенные ошибки при ответе на задаваемые вопросы, не может обосновать решение.