Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Степанов Максим Сергеевич
Должность: Проректор по образовательной и научно-исследовательской деятельности
Дата подписания: 16.10.2026 11:58:47
Уникальный программный ключ:
ac103ec627087a9e59e034d124a15f779f2c5a5e

Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра педагогики и психологии

СОГЛАСОВАНО
Начальник учебно-методического управления
канд. биол. наук, доцент
И.В. Осадченко
_____
«23» июня 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Проректор по образовательной и научно-исследовательской деятельности
канд. филол. наук, доцент
М.С. Степанов
_____
«23» июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
Б1.О.10

Направление подготовки
49.03.01 Физическая культура

ОПОП «Физическая культура для различного контингента населения»
ОПОП «Физическая культура в образовательных учреждениях»

Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
очная/заочная

СОГЛАСОВАНО
И.о. декана факультета физической культуры
канд. пед. наук
_____О.В. Марандыкина
«17» июня 2026 г.

СОГЛАСОВАНО
Декан факультета заочной формы обучения,
канд. пед. наук, профессор
_____В.Х. Шнайдер
«17» июня 2026 г.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 4, «09» апреля 2026 г.)
Заведующий кафедрой,
канд. пед. наук, доцент
_____В.В. Буторин
«17» июня 2026 г.

Малаховка 2026

Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации N 940 от 19.09.2017 г.

Составитель рабочей программы:

Г.Л. Шубина, преподаватель

Рецензенты:

Ж.В. Кузнецова, канд. психол. наук

В.И. Скалиуш, канд. пед. наук

Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.03.01):

Код ПС	Профессиональный стандарт	Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ	Аббрев. исп. в РПД
01 Образование и наука			
01.003	"Педагог дополнительного образования детей и взрослых"	Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021 г., регистрационный № 66403)	**ПДО**
05 Физическая культура и спорт			
05.005	«Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта"	Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 21 апреля 2022 г. N 237н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 27 мая 2022 г., регистрационный N 68615),	**ИМ ФК**

1. Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания: психолого-педагогических средств и способов организации межличностного общения и общения индивида в группе; **Умения:** использовать способы межличностного общения в процессе социального взаимодействия **Навыки и/или опыт деятельности:** Применять различные средства и методы общения в профессиональной деятельности	Не предусмотрены	***УК-3***
Знания: Основ общей и возрастной психологии Основ психологического обеспечения в спорте **Умения:** Планировать содержание психологической подготовки на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта **Навыки и/или опыт деятельности:** Разработка стратегии индивидуального или группового воспитательного, тренировочного и соревновательного процессов для спортсменов физкультурно-спортивной организации	***ИМ ФК*** **F/05.6** Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся	***ОПК-1***
Знания: Методик разработки мероприятий, направленные на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения, лучшие практики и стандарты в этой области **Умения:** Составлять программы, планы мероприятий, направленные на воспитание здорового образа	***ИМ ФК*** **F/05.6** Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся	***ОПК-6***

жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения **Навыки** и/или опыт деятельности: Разработка мероприятий, направленных на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения		
Знания: Техники и приемы общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников Методы психодиагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер обучающихся различного возраста Методы, приемы и способы формирования благоприятного психологического климата и обеспечения условий для сотрудничества обучающихся **Умения:** Понимать мотивы поведения, образовательные потребности и запросы обучающихся и их родителей (законных представителей) Устанавливать педагогически обоснованные формы и методы взаимоотношений с обучающимися, создавать педагогические условия для формирования на учебных занятиях благоприятного психологического климата, применять различные средства педагогической поддержки обучающихся **Навыки** и/или опыт деятельности: Организация, в том числе стимулирование и мотивация, деятельности и общения обучающихся на учебных занятиях; Текущий контроль, помощь обучающимся в коррекции деятельности и поведения на занятиях	***ПДО*** ***A/01.6*** Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	***ОПК-9***

Знания: Особенностей семейного воспитания и современной семьи, содержания, форм и методов работы педагога дополнительного образования (преподавателя, тренера-преподавателя) с семьями обучающихся **Умения:** Устанавливать взаимоотношения с родителями (законными представителями) обучающихся, соблюдать нормы педагогической этики, разрешать конфликтные ситуации, в том числе при нарушении прав ребенка, а также прав и ответственности родителей (законных представителей) за воспитание и развитие своих детей **Навыки** и/или опыт деятельности: Проведение родительских собраний, индивидуальных и групповых встреч (консультаций) с родителями (законными представителями) обучающихся	***ПДО*** **A/03.6** Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания	***ОПК-10***

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.

Дисциплина «Психология физической культуры» относится к дисциплинам обязательной части в структуре ОП.

Объем дисциплины составляет 108 часов (3 зачетные единицы). Дисциплина изучается студентами очной и заочной форм обучения во 2 семестре, форма промежуточной аттестации– зачет с оценкой.

3. Объем дисциплины и виды учебной работы

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		2
Контактная работа преподавателя с обучающимися	36	36
В том числе:		
Лекции	12	12
Семинары (С)	24	24
Самостоятельная работа (всего)	72	72
Вид промежуточной аттестации:	зачет с оценкой	+
Общая трудоемкость:		
часов зачетных единиц	108 3 з.е.	108 3 з.е.

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		2
Контактная работа преподавателя с обучающимися	12	12
В том числе:		
Лекции	4	4
Семинары (С)	8	8
Самостоятельная работа (всего)	96	96
Вид промежуточной аттестации:	зачет с оценкой	+

Общая трудоемкость:		
часов зачетных единиц	108 3 з.е.	108 3 з.е.

4. Содержание дисциплины:

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела
1.	Введение в психологию физического воспитания и спорта.	Предмет и задачи психологии физической культуры Цель и особенности физического воспитания. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта. Воспитательное воздействие физической культуры и спорта. Учет возрастных особенностей при воспитательной работе в условиях спортивной деятельности.
2.	Психология коллектива и личности в физической культуре.	Факторы формирования психического склада личности. Индивидуально-типологические особенности человека, их учет в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Понятие о спортивных группах и коллективах. Руководство и лидерство в спортивных группах. Психологические основы общения в деятельности педагога и тренера.
3.	Психологические приоритеты в организации урока физической культуры с учетом особенностей познавательных процессов.	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 на уроках физической культуры.
4.	Практическая спортивная психология.	Психологическое консультирование в ФК. Методы психологической регуляции в ФК. Элементы социально-психологического тренинга.

5. Разделы дисциплины и виды работы

очная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной работы			Всего час.
		Л	С	СРС	
1.	Введение в психологию физического воспитания и спорта.	2	6	18	26
2.	Психология коллектива и личности в физической культуре и спорте.	4	6	20	30
3.	Психологические приоритеты в организации урока физической культуры с учетом особенностей познавательных процессов.	4	8	22	34
4.	Практическая спортивная психология.	2	4	12	18
Итого		12	24	72	108

заочная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной работы			Всего час.
		Л	С	СРС	

1.	Введение в психологию физического воспитания и спорта.	2	2	24	28
2.	Психология коллектива и личности в физической культуре и спорте.	2	2	26	30
3.	Психологические приоритеты в организации урока физической культуры с учетом особенностей познавательных процессов.	-	2	26	28
4.	Практическая спортивная психология.	-	2	20	22
Итого:		4	8	96	108

6. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины

6.1. Основная литература

№ пп	Наименование издания	Кол-во экземпляров
		библиотека
1.	Цибульникова, В. Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании : учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В. Е. Цибульникова, Е. А. Леванова ; под редакцией Е. А. Левановой. — 2-е изд. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 148 с. // Образовательная платформа IPR СМАРТ. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/145838/details	1
2.	Марокова, М. В. Психолого-педагогическая диагностика : учебно-методическое пособие / М. В. Марокова, С. С. Кумсков ; ВГАФК. - Волгоград, 2014. - Библиогр.: с. 350-351. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru	1
3.	Бабушкин, Г. Д. Психология физического воспитания и спорта : учебник для бакалавров / Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев. — Саратов : Вузовское образование, 2023. — 846 с. // Образовательная платформа IPR СМАРТ. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/124165/details	1
4.	Бабушкин, Г. Д. Психологическое сопровождение физического воспитания и спорта : учебное пособие / Г. Д. Бабушкин. — Саратов : Вузовское образование, 2024. — 449 с. // Образовательная платформа IPR СМАРТ. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/143660/details	1
5.	Психология физической культуры и спорта : практикум / составители И. А. Попова, Ю. В. Хайбуллин. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 91 с. // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS. — URL: http://www.iprbookshop.ru/86453.html	1
6.	Бороздина, Г. В. Основы психологии и педагогики : учебное пособие / Г. В. Бороздина. — 4-е изд. — Минск : Вышэйшая школа, 2023. — 416 с. // Образовательная платформа IPR СМАРТ. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/155321/details	1
7.	Резепов, И. Ш. Общая психология : учебное пособие / И. Ш. Резепов. — 2-е изд. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 110 с. й // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS. — URL: http://www.iprbookshop.ru/79807.html	1

8.	Савин, Е. Ю. Педагогическая психология : учебное пособие / Е. Ю. Савин, А. Е. Фомин. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 338 с. // Образовательная платформа IPR CMART. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/145946/details	1
9.	Савва, Н. В. Сам себе психолог. Развиваем аутокомпетентность - спасаемся от профессиональной деформации : методическое пособие / Н. В. Савва. — Волгоград : Волгоградский государственный социально-педагогический университет, 2023. — 120 с. // Образовательная платформа IPR CMART.— URL: https://www.iprbookshop.ru/books/129281/details	1
10.	Сахарова, Т. Н. Организация воспитательной деятельности в образовательных учреждениях: формирование гражданской идентичности, ценностных ориентаций и внутренней позиции личности подростков : учебно-методическое пособие / Т. Н. Сахарова, Е. Г. Уманская, Н. А. Цветкова. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. — 48 с. // Образовательная платформа IPR CMART. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/139177/details	1
11.	Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп : учебное пособие / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2026. — 388 с. // Образовательная платформа IPR CMART. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/155397/detail	1
12.	Карымова, О. С. Консультативно-тренинговая деятельность практического психолога : учебное пособие / О. С. Карымова, Е. В. Логутова. — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2024. — 154 с. // Образовательная платформа IPR CMART. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/153197/details	1
13.	Темникова, Е. Ю. Психологические основы работы с молодежью : учебное пособие / Е. Ю. Темникова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 156 с. // Образовательная платформа IPR CMART. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/149926/details	1
14.	Щетинина, Е. В. Личностные особенности: психодиагностика : учебное пособие / Е. В. Щетинина, С. С. Новикова. — Сочи : Сочинский государственный университет, 2024. — 128 с. // Образовательная платформа IPR CMART. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/150355/details	1
15.	Полянок, О. В. Коммуникативная культура профессионала. В 2 частях. Ч. 1. Профессиональное самоопределение личности : практикум / О. В. Полянок, И. В. Гладкова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 142 с. // Образовательная платформа IPR CMART. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/152397/details	1

6.2. Дополнительная литература

№ пп	Наименование издания	Кол-во экземпляров
		библиотека
1.	Бреслав, Г. М. Психология эмоций : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Г. М. Бреслав. - 2-е изд., стереотип. - Москва : ACADEMIA : Смысл, 2007. - 541 с.	13

2.	Вазиева, А. Р. Практикум по общей психологии : учебно-методическое пособие / А. Р. Вазиева. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2008. — 51 с. // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS. — URL: http://www.iprbookshop.ru/49927.html	1
3.	Горбунов, Г. Д. Психология физической культуры и спорта : учебник для студентов вузов / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогунов. - Москва : АКАДЕМИЯ, 2009. - 254 с.	30
4.	Давыдов В. В. Лекции по общей психологии : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В. В. Давыдов. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2008. - 170 с.	59
5.	Климов Е. А. Общая психология. Общеобразовательный курс : учебное пособие для студентов вузов / Е. А. Климов. - Москва : ЮНИТИ, 1999. - 512 с.	27
6.	Маклаков А. Г. Общая психология : учебник / А. Г. Маклаков. - Санкт-Петербург : Питер, 2005. - 582 с.	85
7.	Общая психология : хрестоматия / А. В. Иващенко, Т. С. Пилишвили, В. А. Петровский [и др.] ; составители Л. В. Зубова, О. А. Щербинина. — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. — 102 с. й // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS. — URL: http://www.iprbookshop.ru/54130.html	1
8.	Общая психология. Хрестоматия : учебное пособие / А. Н. Леонтьева, Б. Г. Ананьева, П. В. Симонова [и др.]. — Москва : Евразийский открытый институт, 2011. — 256 с. // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS . — URL: http://www.iprbookshop.ru/10726.html	1
9.	Психология физической культуры и спорта : учебник для студентов вузов / под ред. А. В. Родионова. - Москва : Академия, 2010. - 365 с.	137
10.	Реан, А. А. Психология и педагогика : учебное пособие для студентов вузов / А. А. Реан, Н. В. Бордовская. - Санкт-Петербург : Питер, 2008. - 432 с.	187
12.	Скибицкий, Э. Г. Общая психология. Практикум : учебное пособие / Э. Г. Скибицкий, И. Ю. Скибицкая, М. Г. Шудра. — Новосибирск : Новосибирский государственный архитектурно-строительный университет (Сибстрин), ЭБС АСВ, 2016. — 57 с. // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS. — URL: http://www.iprbookshop.ru/68798.html	1
13.	Каширский, Д. В. Психодиагностика черт личности : учебник и практикум / Д. В. Каширский. — Москва : Прометей, 2025. — 368 с. // Образовательная платформа IPR CMART . — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/153544/details	1
14.	Хозиев В. Б. Практикум по общей психологии : учебное пособие / В. Б. Хозиев. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2005. - 271 с.	20
15.	Яковлев, Б. П. Психическая нагрузка в спорте и инклюзивном образовании студентов-спортсменов : монография / Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин, А. В. Прибега. — Саратов : Вузовское образование, 2023. — 118 с. // Образовательная платформа IPR CMART. — URL: https://www.iprbookshop.ru/books/125768/details	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 Elibrary https://elibrary.ru
11. Электронно-библиотечная система IPRbooks http://www.iprbookshop.ru
12. Электронно-библиотечная система РУКОНТ https://lib.rucont.ru
13. Энциклопедия психодиагностики http://psylab.info
14. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского http://www.gnpbu.ru/

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

8.1.Для обеспечения традиционных и активных форм проведения занятий по дисциплине требуются мультимедийные аудитории и техническое обеспечение: видеопроектор и ноутбук.

8.2. Программное обеспечение.

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или одна из лицензионных версий 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, организованы занятия на 1 этаже главного здания. 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
«Психология физической культуры»

Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра педагогики и психологии

Фонд оценочных средств
по дисциплине
«ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Направление подготовки
49.03.01 Физическая культура

ОПОП «Физическая культура для различного контингента населения»
ОПОП «Физическая культура в образовательных учреждениях»

Форма обучения
очная/заочная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры
(протокол № 4 от «09» апреля 2026 г.)
Зав. кафедрой _____/ В.В. Буторин
«17» июня 2026 г.

Малаховка, 2026

ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Формируемые компетенции	Трудовые функции	ЗУНы	Индикаторы достижения
УК-3	Не предусмотрены	**Знания:** психолого-педагогических средств и способов организации межличностного общения и общения индивида в группе; **Умения:** использовать способы межличностного общения в процессе социального взаимодействия **Навыки и/или опыт деятельности:** Применять различные средства и методы общения в профессиональной деятельности	Знает понятие «общение», средства и методы общения, характеристику сторон общения (**вопросы к промежуточной аттестации, доклад, практическое задание**) Аргументирует свою точку зрения при обсуждении проблем профессиональной коммуникации в команде **(дискуссия, доклады)** Использует адекватные средства и методы общения в учебной группе в процессе выполнения учебных задач **(дискуссия, практическое задание)**
ОПК-1	***ИМ ФК*** **<u>F/05.6</u>** Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся	**Знания:** Основ общей и возрастной психологии Основ психологического обеспечения в спорте **Умения:** Планировать содержание психологической подготовки на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта **Навыки и/или опыт деятельности:** Разработка стратегии индивидуального или группового воспитательного, тренировочного и соревновательного процессов для спортсменов физкультурно-спортивной организации	**Знания:** основные закономерности психического развития детей; предмет, задачи, методы и содержание основных разделов психологии физической культуры; (**вопросы к промежуточной аттестации, конспектирование, доклад)** Приводит практические примеры педагогических ситуаций когда учитель учитывает (не учитывает) особенности психического развития обучающихся и их индивидуальности при планировании и проведении уроков физической культуры **(дискуссия, ситуационные задачи)** Определяет интересы и мотивы разных групп обучающихся к занятиям

			физической культурой и спортом **(дискуссия, практическое задание)**
ОПК-6	***ИМ ФК*** **<u>F/05.6</u>** Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся	**Знания:** Методик разработки мероприятий, направленные на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения, лучшие практики и стандарты в этой области **Умения:** Составлять программы, планы мероприятий, направленные на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения **Навыки** и/или опыт деятельности: Разработка мероприятий, направленных на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения	Знает: понятие «мотивация», характеристику мотивации субъектов физкультурно-спортивной деятельности; особенности мотивации к занятию двигательной активности у разных групп обучающихся (**вопросы к промежуточной аттестации, конспектирование, коллоквиум, доклад)** Подбирает аргументы для проведения беседы о здоровом образе жизни, ценности занятий оздоровительными физическими упражнениями с различными категориями обучающихся; **(дискуссия)** Выбирает формы и методы по формированию мотивационно-ценностных ориентаций и установок занимающихся на ведение здорового образа жизни **(коллоквиум, дискуссия)**
ОПК-9	***ПДО*** ***<u>А/01.6</u>*** Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	**Знания:** Техники и приемы общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников Методы психодиагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер обучающихся различного возраста Методы, приемы и способы формирования благоприятного	**Знает** формы психологического контроля и коррекции поведения занимающихся в тренировочном и соревновательном процессах в избранном виде спорта. Методы контроля и управление психическим состоянием во время тренировок.**(вопросы к промежуточной аттестации, устный опрос)** Соотносит поведение занимающегося с

		психологического климата и обеспечения условий для сотрудничества обучающихся **Умения:** Понимать мотивы поведения, образовательные потребности и запросы обучающихся и их родителей (законных представителей) Устанавливать педагогически обоснованные формы и методы взаимоотношений с обучающимися, создавать педагогические условия для формирования на учебных занятиях благоприятного психологического климата, применять различные средства педагогической поддержки обучающихся **Навыки** и/или опыт деятельности: Организация, в том числе стимулирование и мотивация, деятельности и общения обучающихся на учебных занятиях; Текущий контроль, помощь обучающимся в коррекции деятельности и поведения на занятиях	критериями нормы **(ситуационные задачи)** Выявляет проблемы психологической неподготовленности спортсменов на разных этапах соревновательного процесса; **(ситуационные задачи)**
ОПК-10	***ПДО*** **<u>А/03.6</u>** Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу,	**Знания:** Особенностей семейного воспитания и современной семьи, содержания, форм и методов работы педагога дополнительного образования (преподавателя, тренера-преподавателя) с семьями обучающихся **Умения:** Устанавливать взаимоотношения с родителями (законными представителями) обучающихся, соблюдать нормы педагогической этики, разрешать конфликтные ситуации, в	**Знает** методы и формы работы спортивного педагога с семьями обучающихся (**вопросы к промежуточной аттестации, доклад**). Анализирует ситуации взаимодействия субъектов физкультурно-спортивной деятельности на предмет соблюдения правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики. **(ситуационные задачи)** Предлагает темы для

	при решении задач обучения и воспитания	том числе при нарушении прав ребенка, а также прав и ответственности родителей (законных представителей) за воспитание и развитие своих детей **Навыки** и/или опыт деятельности: Проведение родительских собраний, индивидуальных и групповых встреч (консультаций) с родителями (законными представителями) обучающихся	проведения родительских собраний, индивидуальных и групповых встреч (консультаций) с родителями (законными представителями) обучающихся **(дискуссия)**

1. Типовые контрольные задания:

1.1 Перечень вопросов для промежуточной аттестации

1. Предмет, задачи и методы психология физической культуры.
2. Цель и особенности физического воспитания.
3. Мотивация различных групп обучающихся к занятиям физической культурой и спортом.
4. Воспитательное воздействие физической культуры и спорта.
5. Учет возрастных особенностей в физическом воспитании.
6. Виды активности и факторы ее обуславливающие.
7. Способы повышения активности учащихся на уроке физической культуры.
8. Особенности внимания учащихся на уроке и управление им.
9. Теории построения и управления движениями.
10. Предпосылки к обучению движениям.
11. Алгоритмизация обучения движениям.
12. Индивидуализация обучения движениям.
13. Функции педагога в процессе обучения движениям.
14. Понятие воли и ее значение в физическом воспитании.
15. Структура волевого акта.
16. Возрастные проявления воли.
17. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой.
18. Волевые качества.
19. Понятие о направленности личности и мотивации деятельности. Основные формы направленности: влечение, желание, стремление, интересы, идеалы, убеждения.
20. Структура спортивно-педагогической деятельности.
21. Особенности деятельности спортивного педагога.
22. Методы формы работы спортивного педагога с семьей.
23. Творчество в деятельности учителя физической культуры.
24. Профессионально-педагогическая направленность личности преподавателя физического воспитания.
25. Интерес к спортивно-педагогической деятельности. Формирование профессионального интереса.
26. Формы психологического контроля и коррекции поведения занимающихся в тренировочном и соревновательном процессах.
27. Методы контроля и управление психическим состоянием во время тренировок.
28. Склонность к педагогической деятельности. Взаимосвязь профессионального интереса и склонности к педагогической деятельности.
29. Физическая культура и спорт как фактор выбора профессии.
30. Факторы формирования психического склада личности. Индивидуально-типологические особенности человека, их учет в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Понятие о спортивных группах и коллективах.
31. Развитие психических процессов в физическом воспитании.
32. Личность и психологические основы ее формирования в процессе физического воспитания.
33. Психологические основы обучения двигательным действиям.
34. Руководство и лидерство в спортивных группах. Психологические основы общения в деятельности педагога.
35. Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости.
36. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.
37. Особенности мыслительной деятельности.
38. Особенности проявления памяти.
39. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников на уроках физической культуры

40. Психологическое консультирование в ФК.
41. Методы психологической регуляции в ФК.
42. Основы социально-психологического тренинга.
43. Понятие «общение». Средства и методы общения. Стороны общения.
44. Основные закономерности психического развития детей.

Критерии оценки:

При подготовке к промежуточной аттестации по дисциплине студент должен изучить вопросы к зачету, представленные в фонде оценочных средств, опираясь на содержание основной и дополнительной литературы, предусмотренной программой дисциплины. На зачете преподаватель по своему усмотрению предлагает студенту ответить на два вопроса из предложенного перечня. На подготовку ответов на вопросы студенту отводится 15-20 минут. В случаях затруднения при ответе на вопрос или неполном ответе студента, преподаватель может задать наводящие или дополнительные вопросы в рамках изучаемой дисциплины. В случае неудовлетворительного ответа студента на заданные вопросы, преподаватель имеет право отправить студента на повторную сдачу зачета.

1. Оценка «отлично» ставится студенту, ответ которого содержит: глубокое знание программного материала; знание понятийного и терминологического аппарата всего курса; знание содержания основной и дополнительной литературы по курсу; связь теории с практикой.

Оценка «отлично» не ставится в случаях наличия: пропусков аудиторных занятий, за исключением «отработанных» тем; отсутствия подготовки к работе и активности на семинарских занятиях; невыполненных заданий по самостоятельной работе, а также неправильных ответов на дополнительные вопросы преподавателя.

2. Оценка «хорошо» ставится студенту, ответ которого свидетельствует: о полном знании материала по программе; о знании содержания основной литературы; знании понятийного и терминологического аппарата курса; а также содержит в целом правильное, но не всегда точное и аргументированное изложение материала.

Оценка «хорошо» не ставится в случаях пропусков аудиторных занятий, за исключением «отработанных» тем; отсутствия подготовки к работе и активности на семинарских занятиях, отсутствия невыполненных заданий по самостоятельной работе.

3. Оценка «удовлетворительно» ставится студенту, ответ которого содержит: поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием понятийного аппарата и основной терминологии курса.

Оценка «удовлетворительно» не ставится в случаях пропусков аудиторных занятий, за исключением «отработанных» тем и несистематической работы студента на семинарском занятии (отсутствие подготовки, низкая активность), отсутствия невыполненных заданий по самостоятельной работе.

4. Оценка «неудовлетворительно» ставится студенту, имеющему: существенные пробелы в знании основного материала по программе, допустившему принципиальные ошибки при изложении материала, не владеющему понятийным аппаратом и основной терминологией курса; имеющему систематические пропуски аудиторных занятий без «отработанных» тем, невыполненные задания для самостоятельной работы студента.

1.2 Примерные тестовые задания

Раздел 1. Введение в психологию физического воспитания и спорта.

1. Описательно-объяснительный познавательно-описательный этап в развитии Психологии физической культуры и спорта — характеризовался стремлением найти место психологии в комплексном изучении вопросов физического воспитания и спорта.

- Первый этап 20-30-е годы XX в
- Второй этап 30-40-е годы XX в.

- Третий этап 45-й-50-е годы XX в.
- Четвертый этап 56-й-80-е годы XX в
- Пятый этап с нач. 90-х годов XX а. современное состояние

2. Становление психологии ФКиС — связан с определением предмета, проблематики, изучением психологических особенностей спортивной деятельности общих и в конкретных видах спорта. Разрабатывались психологические основы спортивной тренировки физической, технической, тактической подготовки спортсменов, а также особенности спортивного соревнования и личности спортсменов.

- Первый этап 20-30-е годы XX в
- Второй этап 30-40-е годы XX в.
- Третий этап 45-й-50-е годы XX в.
- Четвертый этап 56-й-80-е годы XX в
- Пятый этап с нач. 90-х годов XX а. современное состояние

3. Утверждение Психологии ФКиС — связан с признанием ее как учебной, научной и практической дисциплины. Защита первой докторской диссертации на тему «Психология спорта» А.Ц. Пуни. Сформировались две научные школы: ленинградская А.Ц. Пуни и московская ПЛ. Рудик.

- Первый этап 20-30-е годы XX в
- Второй этап 30-40-е годы XX в.
- Третий этап 45-й-50-е годы XX в.
- Четвертый этап 56-й-80-е годы XX в
- Пятый этап с нач. 90-х годов XX а. современное состояние

4. Развитие психологии ФКиС — характеризовался стремлением к обеспечению практики спорт начало систематической помощи сборным командам по различным видам спорта, объединением усилий психологов

- Первый этап 20-30-е годы XX в
- Второй этап 30-40-е годы XX в.
- Третий этап 45-й-50-е годы XX в.
- Четвертый этап 56-й-80-е годы XX в
- Пятый этап с нач. 90-х годов XX а. современное состояние

5. Развитие психологии ФКиС связано с переходом от психологического обеспечения к психологическому сопровождению спортивной карьеры системе психологической помощи на всех этапах многолетней спортивной деятельности, укреплением международных связей психологов спорта.

- Первый этап 20-30-е годы XX в
- Второй этап 30-40-е годы XX в.
- Третий этап 45-й-50-е годы XX в.
- Четвертый этап 56-й-80-е годы XX в
- Пятый этап с нач. 90-х годов XX а. современное состояние

6. Автор, кто изложил свои выводы относительно физического воспитания в школе в работе «Руководство по физическому образованию детей школьного возраста».

- И.П. Павлов
- Н.И. Пирогов
- И.М. Сеченов
- П.Ф. Лесгафт

7. В каком году впервые была издана монография профессора А.П. Нечаева " Психология физической культуры"?

- 1927
- 1917
- 1947
- 1997

8. Основная задача психологии физического воспитания и спорта –

- помочь рационально решить практические вопросы общеобразовательного, образовательного и воспитательного характера на основе анализа психологических сторон деятельности в физическом воспитании.

- деятельность человека, направленная на укрепление здоровья и развитие физических способностей.

- осуществления закономерностей в областях воспитания, управления образовательными и воспитательными системами образования.

- научное обоснование, разработка и реализация мероприятий, обеспечивающих достижение высоких спортивных результатов и сохранения здоровья спортсменов, исследуя и учитывая резервные возможности организма человека, она обосновывает пути и средства повышения работоспособности, ускорения восстановительных процессов, предупреждения переутомления, перенапряжения и патологических сдвигов функций организма, а также профилактику возникновения различных заболеваний.

9. Психология физического воспитания – это

- отрасль психологической науки, изучающая закономерности развития и проявления психики человека в специфических условиях физического воспитания;

- постигает закономерности индивидуального и общественного в психике личности взаимодействия личности и социума, формирования и развития групп;

- исследует всевозможные различия психики людей: индивидуальные, типологические, этнические и др.

- раздел психологии, использующий данные генетики и генеалогический метод.

10. В процессе физического воспитания учащийся учится регулировать свои действия на основе …

- зрительных,
- осязательных,
-мышечно-вестибулярных ощущений
- восприятий
- все ответы верны

11. В физическом воспитании деятельность человека направлена…

- на самого себя, на совершенствование своих физических и психических качеств, двигательных действий.

- на раскрытие резервных возможностей и выявление предельных для данного времени уровней функционирования организма человека в процессе двигательной деятельности.

- на имеющая своим содержанием овладение обобщенными способами действия в сфере научных понятий

12. Процесс изменения форм и функций организма либо под воздействием естественных условий (питания, труда, быта), либо под воздействием целенаправленного использования специальных физических упражнений называется..

- физическое развитие
- двигательная реабилитация
- физическая рекреация
- физическое воспитание

13. Процесс формирования потребности в занятиях физическими упражнениями в интересах всестороннего развития личности, формирования положительного отношения к физической культуре, выработка ценностных ориентации, убеждений, вкусов, привычек, наклонностей.

– физическое развитие
- двигательная реабилитация
- физическая рекреация
- физическое воспитание

1. В какой научной школе велась разработка проблем онтопсихологии физического воспитания и спорта, предметом которой явилось развитие спортсмена как индивида, субъекта, личности и индивидуальности в условиях спортивной деятельности

- П.А. Рудика
- И.М. Сеченова
- П.Ф. Лесгафта
- А.Ц.Пуни

14. Наличие потребности - «составляет необходимую предпосылку любой активности, однако потребность сама по себе еще не способна придать этой активности определенную направленность».

- А.Н. Леонтьев
- И.П. Павлов
- Л.С. Выготский
- А.Ц. Пуни

15. Самопознание через физическую активность обусловлено наличие

- теснейшей связи между деятельностью мышц, состоянием внутренних органов и психическим состоянием.
- Процесс физического воспитания не оказывает непосредственное воздействие на внутренний мир человека, на его сознание и поведение.
- Под влиянием физических упражнений не изменяется характер деятельности всех органов и систем организма.
- В процессе физического воспитания вырабатывается образ Я учащегося, формируется чувство уверенности в себе.

Критерии оценивания тестов в баллах

Уровень выполнения теста, %	0-10	10-20	20-50	50-65	65-85	>85
Балльная оценка	0	1	2	3	4	5

1.3 Ситуационные задачи

(авторские; по Психология физической культуры и спорта [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. - Москва:, 2017. - 531 с. : ил. - (Бакалавр. Академический курс). - Гриф УМО высш. образования. - Книга доступна в электронной библиотечной системе biblio-online.ru; по Практикум по спортивной психологии [Текст] / Под общ.ред И.П.Волкова.- СПб: Питер, 2002. - 288с.; Стамбулова, Н.Б. Деловые игры по возрастной психопедагогике [Текст] : учебно-метод.пособие / Н.Б.Стамбулова. – СПб.: СПбГАФК, 1998. - 39с.);

Раздел 2. Психология коллектива и личности в физической культуре.

Задание 1. Мария проводила исследование для выпускной квалификационной работы. Она изучала особенности приемов саморегуляции на соревнованиях у стрелков из лука с разным темпераментом. В процессе исследования было установлено, что в зависимости от типа темперамента стрелки используют различные приемы для преодоления трудностей в соревновательных ситуациях: сангвиники используют одни приемы, флегматики — другие и т.п. При сравнении применяемых приемов с результативностью лучников были выявлены наиболее эффективные приемы саморегуляции для сангвиников, флегматиков и холериков. На основании полученных данных Мария разработала рекомендации для стрелков из лука с разным темпераментом по выбору приемов саморегуляции на соревнованиях. Она провела индивидуальные

консультации для принимавших участие в обследовании спортсменов по применению приемов саморегуляции на соревнованиях с учетом темперамента. Также Мария изложила рекомендации тренерам.

Вопросы:

1. Какой предмет и объект исследования выбрала Мария?
2. Какой метод использовала студентка: сравнительный или лонгитюдинальный?
3. Какие задачи решала Мария в процессе исследования?

Задание 2. С пяти лет Леша начал заниматься хоккеем, тренировался четыре раза в неделю: две тренировки в зале по общефизической подготовке и две — на льду. Когда Леше исполнилось семь лет одновременно с хоккеем он стал заниматься дзюдо. (Родители записали его в секцию дзюдо, чтобы улучшить «растяжку» и координацию для хоккея.) С семи до 10 лет Леша шесть раз в неделю ходил на тренировки по хоккею и три раза в неделю — на дзюдо, а также участвовал в соревнованиях по обоим видам спорта. Потом в семье решили, что Леше стоит оставить хоккей и заниматься только дзюдо, так как в дзюдо он успешно выступал на соревнованиях и его хвалил тренер, а в хоккее в основной состав детской команды его не ставили. С 10 до 13 лет Леша пять раз в неделю тренировался как дзюдоист и два раза в неделю посещал секцию шахмат (куда его записали родители «для общего развития»). Соревнования по дзюдо были почти каждый месяц, а по шахматам — раз в полгода. В 14 лет Леша бросил дзюдо из- за конфликта с тренером и не захотел заниматься шахматами.

Вопросы:

Какими видами физической культуры занимался Леша: спортом, физическим воспитанием или активным отдыхом, когда он ходил в секции хоккея, дзюдо, шахмат?

2. По Вашему мнению, какие трудности были у Леши на занятиях?

3. Какие можно было бы предложить меры для повышения эффективности его физкультурно-спортивной деятельности?

Задание 3. Второй «А» класс был очень активным, шумным. Привлечь и удержать их внимание всегда было сложно, особенно в начале урока. Молодой учитель физической культуры пытался поощрять желаемое поведение, потом стал писать замечания в дневники, мотивировал проведением игры или эстафеты в конце урока — ничего не помогало: приходилось излишне громко говорить, постоянно следить за поведением. Урок получался «скомканным». Но один раз урок начался необычно: когда дети кое-как сели на скамейку (о построении речи и не было), учитель дал команду: «Принять положение виса на шведской стенке!» Второклассники мигом «вскарабкались», и пока они «висели», учитель проговорил, что и как они сейчас будут делать. В конце урока была дана аналогичная команда, учитель подвел итоги, отметил нескольких ребят и попрощался.

Вопросы:

1. Почему сложно привлечь внимание второклассников?
2. Предложите свои варианты решения данной ситуации.

Задание 4. После того, как произошел трагический случай (инфаркт) с тренером по легкой атлетике (назовем его М. А.), его группу спортсменов-юниоров временно расформировали, разделив на мальчиков и девочек, и передали другим ведущим тренерам данного спортивного коллектива. М. А. имел скорее авторитарный стиль руководства, прибегал к соревновательному методу в стимулировании спортсменов, был требователен к выполнению спортсменами своих указаний. Через некоторое время в группе мальчиков, попавших к другому тренеру, стали снижаться результаты, они стали пропускать тренировки, проявлять раздражительность или подавленность. При этом тренер проявлял максимальное внимание и доброжелательность к спортсменам, обсуждал с ними причины

ошибок, спрашивал их мнение о причинах, возникающих у них трудностей. В группе девочек ничего подобного замечено не было, результаты сохранялись на достигнутом уровне, тренировки продолжались в том же режиме, несмотря на то, что тренер мог себе позволить повысить голос или довести спортсменок до слез, постоянно указывая на их ошибки, давая характеристики их личностям и пр.

Вопросы:

1. Почему в группе юношей-юниоров стали происходить подобные изменения, с какими трудностями они столкнулись?

2. Какие ошибки тренеры допустили в своей работе со спортсменами?

3. Какие «универсальные» психологические приемы не были включены в работу со спортсменами?

Задание 5. Максима привели в секцию горнолыжного спорта родители в шесть лет. Сначала мальчик с удовольствием катался, ему нравилось тренироваться и тренер. Но после получения травмы стал отказываться ездить на тренировки. Родители, чтобы его мотивировать, предложили ему следующее: «Едешь на тренировку, получаешь 100 руб.». Максим «загорелся», и в течение следующего года проблем у родителей с уговариванием не было. Тренер претензий к мальчику не предъявлял, считал вполне перспективным («старается, все хорошо»). Через год родители решили увеличить «тариф», но Максим сказал: «Давайте я вам лучше заплачу, чтобы вы не возили меня на тренировки», — и достал практически не потраченную им сумму денег, выданную ранее родителями.

Вопросы:

1. В чем была ошибка родителей Максима?

2. Как можно было мотивировать Максима?

Задание 4. Проведите анализ конфликтных ситуаций.

Ситуация 1. На уроке по физической культуре в 7 классе две подружки отказались участвовать в эстафете в разных командах, заявив, что хотят быть только в одной. Но в этом случае команды получались неодинаковыми по «силе». Учитель пригрозил поставить «2», одна из подружек предложила встать в разные команды, но другая –не согласилась.

Ситуация 2. В спортивном лагере комнаты были на 3 человека, команда девочек-волейболисток подросткового возраста должна была спокойно разместиться в четырех комнатах, но одна из спортсменок рассорилась с двумя девочками, с которыми должна была делить комнату … .

Ситуация 3. Два «пляжника» старшего школьного возраста в силу обстоятельств встали в команду для участия в международных юношеских соревнованиях. Спортсмены очень разные по психической организации: выраженный интроверт и выраженный экстраверт. Конфликтуют в отношении поведения и эмоциональной реакции друг друга входе соревнований, однако, понимают, что играть им вместе, оба хотят быть в призерах на данных соревнованиях.

Ситуация 4. На уроке физической культуры на улице при выполнении команды «бег спиной вперед» пятиклассник упал и был отправлен школьным врачом в травмпункт с подозрением на перелом. Из травмпункта ребенка отправили в детскую больницу, где установили, что у него закрытый перелом лучезапястной кости левой руки. Родители мальчика обратились к администрации школы с претензией по поводу деятельности учителя физической культуры и заявлением, что скажут все как есть (т.е. у школы ухудшатся показатели безопасности), т.к. это уже второй перелом у их ребенка за этот год, который тоже был получен на уроке физической культуре.

Ситуация 5. По правилам фитнес-клуба посещение бассейна возможно только с резиновой шапочкой. Дежурный инструктор корректно напоминает об этом занимающимся, которых видит без нее. Предусмотрен запас – несколько шапочек,

которые он может дать на время пользования бассейна. Мужчина примерно 50 –ти лет категорически отказывается ее надевать и покинуть водный комплекс. Его главный аргумент: «У меня vip-карта».

Раздел 4. Практическая спортивная психология.

Задание 1. «Соревнования по большому теннису». Андрей быстро переодевается, придирчиво осматривает корты, свою ракетку, начинает активно разминаться. Во время разминки отмечает, что у некоторых теннисистов появились новые ракетки, вспоминает, что у его соперника сильная подача. Рассеянно слушает наставления тренера по тактике матча. Начинается игра. Первая подача выпадает Андрею. Он быстро выходит на линию подач и изо всех сил бьет по мячу, мяч летит в аут. Андрей раздражается и бросает ракетку…

Вопросы:

1. Признаки какого предстартового состояния демонстрирует Андрей?
2. Какие особенности его нервной системы следовало бы учесть тренеру?
3. Какие приемы саморегуляции состояния можно порекомендовать, если Андрей - младший школьник (подросток, юноша)?

Задача 2. Маша, 10 лет, успешно сочетает занятия художественной гимнастикой и конным спортом. Учится хорошо. Ей нравятся и одни, и другие тренировки, и соревнования. Но она постоянно боится на них опоздать, начинает нервничать и плакать, если выходят из дома на 5 минут позднее. В школу, в класс приходит самой первой и ждет других ребят иногда по 30-40 минут. Если утром родители могут провожать ее так рано в школу, то в течение дня все расписано и возможности приезжать по художественной заранее на др.занятия - нет. Если происходит объективное опоздание в конюшню, то ее состояние передается лошади, получается много ошибок, иногда падений. И тренер, и родители пытались эй это объяснить, но пока безуспешно».

Вопросы:

1. Как можно попытаться выяснить причины возникновения такого страха?
2. Что бы Вы предложили, как построили разговор с девочкой, ее родителями?
3. Какой принцип психологического сопровождения обязательно нужно помнить?
4. Какие «универсальные» психологические приемы можно порекомендовать тренеру, в частности, какие психотехнические игры и упражнения?

Задача 3. На групповое занятие в фитнес-клуб в первый пришла дама средних лет, имеющая небольшой опыт занятий. Инструктор в начале занятий быстро представилась, обратила внимание на требования к технике выполнения базовых упражнений, поинтересовалась, кто пришел впервые, предложила ответить на вопросы после занятия и начала тренировку. Дама постеснялась поднять руку. Она старалась выполнять все и вместе со всеми, однако ряд упражнений ей были тяжелы. Инструктор не обращала на это внимание и «гнала» программу. Занимающаяся после окончания тренировки попыталась обратится с вопросом, однако, тренер быстрее всех вышла из зала. После этого дама стала ходить только в бассейн.

Вопросы:

1. Какие трудности создала себя занимающаяся сама и как их можно было избежать (сформулируйте рекомендации)?
2. Какие профессиональные ошибки допустила инструктор, и какие корректирующие указания мог бы ей сформулировать проверяющий администратор (сотрудник)?

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» ставится студенту, если он правильно решает ситуационную задачу применяя изученный материал, владеет понятиями и терминологией изучаемой дисциплины.

- оценка «не зачтено» ставится студенту, если он: не может правильно решить ситуационную задачу, не владеет основной терминологией и понятиями изучаемой дисциплины, не может ответить на уточняющие вопросы или проигнорировал данный вид учебной работы.

1.4 Практические задания:

Раздел 2. Психология коллектива и личности в физической культуре.

Задание 1. Возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом (по данным описаниям сделать выводы, о каком возрасте идет речь. Имейте в виду, что одно задание подразумевает указание двух возрастов! Отвечайте на бланке, не забудьте указать свою фамилию и имя).

Проигрывание ролей дает детям _____возраста возможность поэкспериментировать с разными моделями поведения и увидеть, к каким это может привести последствиям. Например, дети, играющие в больницу с куклами, своими приятелями или одни, могут исполнять множество разнообразных ролей: больного, врача, медсестры, посетителя. Когда они разыгрывают эти роли, ими могут двигать подлинные страхи и опасения заболеть и оказаться зависимыми от других (Г.Крайг, 2001).

Большинство людей _____ возраста утверждают, что относительно часто контактируют с детьми и внуками – если не лично, то хотя бы по телефону. Они продолжают чувствовать, что обязаны помогать детям в случае необходимости (от денежной поддержки и присмотра за внуками до советов), но при этом не стремятся вмешиваться в их жизнь.

Важность _____ обусловлена тем, что в это время ребенок овладевает речью и создаются предпосылки для формирования личности и субъекта в целом (Е.Ф.Рыбалко, Л.А.Головей, 1998)

Ведущей формой психики в _____становится представление, которое интенсивно развивается в различных видах игровой и продуктивной деятельности (рисование, лепка, конструирование и др.) представления накладывают отпечаток на весь процесс психического развития (Е.Ф.Рыбалко, Л.А.Головей, 1998).

В период _____развитие человека приобретает новый характер, так как уже не связано с заметным физическим ростом и быстрым приобретением новых познавательных (когнитивных) навыков.

Развитие _____ в определяется, преимущественно, по социальным и культурным ориентирами… Поскольку прилагают все усилия, чтобы стать самостоятельными, экономически независимыми членами общества, они стремятся уйти от зависимости и нести ответственность за себя и других (Г.Крайг, 2001).

Большинство людей двояко относится к возрасту_____. Он может быть периодом расцвета применительно к семейной жизни человека, его карьере или творческим способностям, но при этом люди все чаще задумываются о том, что они смертны и что их время уходит (Chiribora, 1981; Sherman, 1987).

Задание 2. Продемонстрировать технику активного слушания» (см., например Практикум по спортивной психологии /Под общ.ред И.П.Волкова. - СПб.: Питер, 2002. – 288с.). Объяснить, как достичь рационального сочетания вербальных и невербальных средств общения.

Раздел 4. Практическая спортивная психология.

Задание 1. Подобрать «пакет» /«батарею» психодиагностических методик (для исследования наиболее важных показателей для конкретного вида спорта у юных

спортсменов дошкольного, младшего школьного и подросткового возраста (по согласованию с преподавателем):

1) психических процессов;

б) психических состояний;

в) психических свойств личности. Всего не меньше 6 методик, сочетающих а), б) и в)); проведение одной методики с группой.

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» ставится студенту, если он правильно выполнил практические задания, применил изученный материал, владеет понятиями и терминологией изучаемой дисциплины.

- оценка «не зачтено» ставится студенту, если он: не смог правильно выполнить предлагаемые задания, не владеет основной терминологией и понятиями изучаемой дисциплины, не может ответить на уточняющие вопросы или проигнорировал данный вид учебной работы.

1.5 Темы докладов по дисциплине

Раздел 2. Психология коллектива и личности в физической культуре.

1. Характеристика эмоциональной сферы.
2. Стресс и способы преодоления стрессовых ситуаций.
3. Мотивация: роль мотивов в развитии человека.
4. Развитие волевых качеств.
5. Профессионально-педагогическая направленность личности учителя физической культуры и тренера.
6. Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры.
7. Психологические основы обучения на уроках физической культуры.
8. Активизация деятельности учащихся в процессе физического воспитания.
9. Объективные и субъективные трудности в деятельности учителя физической культуры и тренера.
10. Психологические основы педагогического такта.
11. Развитие психомоторных и познавательных процессов в физическом воспитании.
12. Развитие эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания.
13. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании
14. Средства и методы общения. Стороны общения.
15. Коммуникативные барьеры. Техники активного слушания.
16. Особенности общения в физкультурно-спортивной деятельности.
17. Взаимодействие спортивного педагога с семьей спортсмена.

Раздел 3. Психологические приоритеты в организации урока физической культуры с учетом особенностей познавательных процессов

1. Восприятие и ощущение как основные формы познания окружающего мира.
2. Проявление творческих способностей.
3. Предпосылки развития творческой личности.
4. Память и ее значение в жизни человека.
5. Основные методы успешного запоминания.
6. Значимость внимания в процессе познания.
7. Особенности процесса мышления.
8. Теоретическое и практическое мышление в жизни человека.
9. Связь мышления и речи в повседневной жизни человека.
10. Типы мышления людей и их специфическое проявление.
11. Предпосылки развития творческого мышления.

12. Возрастные особенности формирования двигательной сферы и воспитания физических качеств

Раздел 4. Практическая спортивная психология.

1. Проблемы психологической работы в спорте.
2. Становление психологии спорта как прикладной отрасли психологии.
3. Основные исследовательские проблемы в отечественной и зарубежной психологии спорта.
4. Особенности взаимодействия тренер-спортивный психолог.
5. Аудиторно-групповой метод психологической работы в спорте.

Критерии оценки:

- **оценка «5 баллов»** выставляется обучающемуся если содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике; доклад оформлен в соответствии с общими требованиями написания и техническими требованиями оформления докладов; при изложении доклад имеет чёткую композицию и структуру; в подаче доклада отсутствуют логические нарушения материала; представлен качественный анализ найденного материала; корректно оформлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада и список использованной литературы; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и тексте;
- **оценка «4 балла»** выставляется обучающемуся если содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике; доклад оформлен в соответствии с общими требованиями написания доклада, но есть погрешности в техническом оформлении; при изложении доклад имеет чёткую композицию и структуру; в подаче доклада отсутствуют логические нарушения материала; представлен качественный анализ найденного материала; корректно оформлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада и список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и тексте;
- **оценка «3 балла»** выставляется обучающемуся если содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике; в докладе отмечены нарушения общих требований написания доклада; есть погрешности в техническом оформлении; в целом доклад имеет чёткую композицию и структуру, но в подаче доклада есть логические нарушения материала; не представлен анализ найденного материала, в полном объёме представлен список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; некорректно оформлены или не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада; есть частые лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и орфографические, пунктуационные, грамматические, в тексте;
- **оценка «2 балла»** выставляется обучающемуся если в целом содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике; в докладе отмечены нарушения общих требований написания доклада; есть ошибки в техническом оформлении; в подаче доклада есть нарушения композиции и структуры; есть логические нарушения в представлении материала; отсутствует анализ найденного материала; не в полном объёме представлен список использованной литературы, есть ошибки в его оформлении; некорректно оформлены и не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада; есть регулярные лексические, стилистические и иные ошибки в изложении, орфографические, пунктуационные, грамматические в тексте;
- **оценка «0 баллов»** выставляется обучающемуся если студент проигнорировал данный вид учебной работы или содержание доклада не соответствует заявленной в названии тематике или в докладе отмечены нарушения общих требований написания доклада; есть ошибки в техническом оформлении; есть нарушения композиции и

структуры; в подаче доклада есть логические нарушения в представлении материала; не представлен список использованной литературы, есть ошибки в его оформлении; отсутствуют или некорректно оформлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада; есть многочисленные лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и орфографические, пунктуационные, грамматические ошибки в авторском тексте; доклад представляет собой непереработанный текст другого автора (других авторов).

1.6 Вопросы для коллоквиума

Раздел 1. Введение в психологию физического воспитания и спорта.

1. Предмет психологии физического воспитания и спорта.
2. Педагогическая направленность психологии физического воспитания.
3. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта.
4. Задачи психологии физического воспитания и спорта.
5. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте. История развития психологии ФК.
6. Основные методы психологического исследования.
7. Основные научные принципы психологии ФК.
8. Типы психологических школ.

Раздел 3. Психологические приоритеты в организации урока физической культуры с учетом особенностей познавательных процессов.

1. Связь речи и сознания человека.
2. Особенности сознательного и бессознательного поведения человека.
3. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.
4. Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости.
5. Особенности мыслительной деятельности.
6. Особенности проявления памяти
7. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников
8. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» ставится студенту, если он твердо знает учебный материал, владеет понятиями и терминологией, при изложении ответа на вопрос коллоквиума не допускает существенных ошибок, имеет выполненные задания для самостоятельной работы студента.
- оценка «не зачтено» ставится студенту, если он: не знает значительной части учебного материала, не владеет основной терминологией и понятиями, при ответе на вопрос допускает существенные ошибки, не может ответить на уточняющие вопросы, имеет невыполненные задания для самостоятельной работы студента.

1.7 Вопросы для устного опроса по дисциплине

Раздел 2. Психология коллектива и личности в физической культуре.

1. Генезис понятия личность.
2. Основные теории личности.
3. Структура и содержание личности.
4. Понятие малой группы.
5. Межличностные отношения в группе
6. Руководство малой группой.

Критерии оценки:

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка «не зачтено» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по дисциплине

1.8 Темы для конспектирования по дисциплине

Раздел 1. Введение в психологию физического воспитания и спорта.

1. Исторические вехи становления психологии физической культуры.

Раздел 2. Психология коллектива и личности в физической культуре.

1. Развитие жизненно важных качеств личности в связи с двигательной активностью.
2. Особенности малых групп детей и подростков различного возраста.

Раздел 3. Психологические приоритеты в организации урока физической культуры с учетом особенностей познавательных процессов.

1. Принципы развития познавательных процессов.
2. Психологическая структура двигательного навыка.

Раздел 4. Практическая спортивная психология.

1. Общие представления о психических состояниях в спорте.

Критерии оценки:

Работа выполняется письменно. Конспект должен начинаться с указания реквизитов источника. Озвучиванию подлежат главные положения и выводы работы в виде краткого устного сообщения (3-4 мин) в рамках теоретических и практических занятий.

- оценка «зачтено» выставляется если представлен конспект, написанный студентом собственноручно, представляющий собой краткое связное изложение содержания источника или его части, без подробностей и второстепенных деталей.

- оценка «не зачтено» выставляется, если: студент проигнорировал данный вид работы; предоставил конспект написанный третьим лицом или в машинописном виде; представленный конспект не отражает сути изучаемого источника, является слишком кратким или излишне подробным

1.9 Вопросы для обсуждения (дискуссии)

Раздел 2. Психология коллектива и личности в физической культуре.

1. Приведите примеры трудностей, возникающих в процессе общения субъектов физкультурно-спортивной деятельности. Укажите их причины и способы устранения.

2. Приведите примеры ситуаций, возникающих на уроке физической культуры, когда учитель планирует и проводит урок учитывая/не учитывая особенности психического развития обучающихся и их индивидуальности.

3. Вспомните себя и своих одноклассников в разном возрасте. Какие мотивы побуждали Вас и Ваших одноклассников к занятиям физической культурой и спортом в разные возрастные периоды?

Раздел 3. Психологические приоритеты в организации урока физической культуры с учетом особенностей познавательных процессов.

1. Подберите аргументы (не менее 5) для проведения беседы о здоровом образе жизни с группой детей (например, с юношами подросткового возраста).

2. Предложите темы для проведения родительских собраний, индивидуальных и групповых встреч (консультаций) с родителями (законными представителями) обучающихся по вопросам, возникающим в процессе занятий физической культурой и спортом

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он демонстрирует полное понимание обсуждаемой проблемы, высказывает собственное суждение по обсуждаемому вопросу, применяя научную терминологию и оперируя статистическими данными, аргументировано отвечает на вопросы участников, соблюдает регламент выступления;

- оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он понимает суть рассматриваемой проблемы, может высказать типовое суждение по вопросу, отвечает на вопросы участников, при полемике соблюдает этические нормы, однако выступление носит затянутый или не аргументированный характер;

- оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся если, он принимает участие в обсуждении, однако собственного мнения по вопросу не высказывает, либо высказывает мнение, не отличающееся от мнения других докладчиков, при полемике соблюдает этические нормы;

- оценка «неудовлетворительно выставляется обучающемуся, если он не принимает участия в обсуждении, при полемике не соблюдает этические нормы, проигнорировал данный вид работы.

1.10 Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций.

Формирование компетенций, предусмотренных данной дисциплиной, предполагает активное, творческое участие студента на всех этапах ее изучения путем планомерной работы на учебных занятиях и при выполнении самостоятельной работы.

Оценка результатов формирования компетенций складывается из:

- работы студента на учебных занятиях (посещение не менее 80% занятий);

- выполнения всех видов самостоятельной работы, предусмотренных настоящим Фондом оценочных средств;

- оценка за внутрисеместровую аттестацию выставляется студенту, с учетом посещаемости учебных занятий, его работы на занятиях и выполнения заданий в полном объеме, предусмотренных Фондом оценочных средств на текущую дату;

- в случае пропуска лекционного занятия студент должен предоставить в рукописном виде конспект лекции, а семинарского занятия – в письменном виде проработанные учебные вопросы, обсуждавшиеся на семинаре; срок предоставления заданий – на следующем занятии после пропущенного; в случае пропуска занятия, преподавателем может быть рассмотрена возможность выполнения студентом задания, предусматривающего работу в группе, на последующем семинарском занятии;

- при выставлении студенту оценки на зачете преподавателем учитывается: знание фактического материала, с опорой на обязательную и дополнительную литературу по программе дисциплины; степень активности студента на семинарских занятиях и его подготовленности к ним; выполнение заданий для самостоятельной работы студента; логику, структуру, стиль и полноту содержания ответа; культуру речи, манеру общения; готовность к дискуссии, аргументированность ответа; уровень самостоятельного мышления; умение приложить теорию к практике.

- качество ответа студента на зачете оценивается в соответствии с разработанными и утвержденными на заседании кафедры критериями оценки.