Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра педагогики и психологии

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНОНачальник Учебно-методического управленияканд. биол. наук, доцент И.В. Осадченко\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_«17» июня 2024 г. | УТВЕРЖДЕНОПредседатель УМКпроректор по учебной работеканд. пед. наук, доцент А.П. Морозов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_«17» июня 2024 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ТРЕНЕРА»**

**Б1.О.37**

**Направление подготовки**

49.03.04Спорт

**ОПОП «Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании»**

**ОПОП «Управление спортивной подготовкой в индивидуальных и командных видах спорта»**

**Квалификация выпускника**

***Тренер по виду спорта. Преподаватель.***

**Форма обучения**

очная/заочная

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНОДекан тренерского факультета, канд. пед. наук, доцентС.В. Лепешкина \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ «17» июня 2024 г.  | СОГЛАСОВАНОДекан факультета заочной формы обучения, канд. пед. наук, профессор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Х Шнайдер«17» июня 2024 г.  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 5 от «28» мая 2024 г.)Заведующий кафедрой, канд. пед. наук, доцент В.В. Буторин\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_28» мая 2024 г. |  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 4 от 29.04.20)Заведующий кафедрой к.п.н., доцент Буторин В.В. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  |  |

Малаховка 2024

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 25 сентября 2019 г., № 886 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 октября 2019 г., регистрационный номер № 56284), с изменениями, утвержденными приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 681 от 25 мая 2020 г.

**Составитель рабочей программы:**

Шубина Г.Л. ст. преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рецензенты:**

В.В. Буторин, канд. пед. наук, доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

К.С. Дунаев, д-р пед. наук, профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.03.04):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Код ПС** | **Профессиональный стандарт** | **Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ** | **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 Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. N 362н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 мая 2023 г., регистрационный N 73442), н | **Т** |

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

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

**УК-6** Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

**ОПК-7** Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

**ОПК-12** Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов. в том числе с использованием методик измерения и оценки

**ОПК-13** Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ЗУН | Соотнесенные профессиональные стандарты | Формируемые компетенции |
| **Знания:** Основные термины, понятия в сфере коммуникации. Научно-теоретические проблемы межличностного взаимодействия в тренерской деятельности.**Умения:** общения и взаимодействия с другими, в том числе при решении профессиональных задач подбор психологической диагностики для выявления коммуникативных особенностей и выявления лидера в команде.**Навыки** и/или опыт деятельности: общения и взаимодействия с другими, использования приемов вербальной и невербальной коммуникации.в том числе при решении профессиональных задач. | Не используются | **УК-3**  |
| **Знания:** основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, основы их психодиагностики, а также этапы профессионального становления и саморазвития в спортивного тренера.**Умения:**определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения профессиональной деятельности тренера.**Навыки** и/или опыт деятельности: Методикой самоанализа способов и результатов своих профессиональных действий. Методами эффективного общения, методами диагностики по определению психологического климата в спортивном коллективе | Не используются | **УК-6**  |
| **Знания:**Психологические возрастные особенности детей и качества личности занимающихся ФКиС. Сущностно-содержательные характеристики понятий: мотив, мотивация, потребность, психологические установки.Ценностные ориентации, волевые качества и отношение к физической культуре. Основ здорового образа жизни.**Умения:**Разъяснять занимающимся важность ведения здорового образа жизни и подбирать средства и методы воспитания на основе психологических возрастных особенностей занимающихся, контролировать психические состояния.**Навыки** и/или опыт деятельности:Формирования мотивационно-ценностных ориентаций и установок и волевых качеств с учетом психологических возрастных особенностей занимающихся. | **Т** **B/03.6**Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся | **ОПК-7**  |
| **Знания:** в основные принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования**Умения:** применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающих спортивной деятельностью.Производить анализ данных по психологическому обследованию психических состояний занимающихся и прогнозировать развитие общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся**Навыки и/или опыт деятельности**: по формированию мотивационной сферы и применять психологические средства для психического восстановления и психологической подготовки спортсменов к тренировочной и соревновательной деятельности на основе анализа личностно-психических качеств занимающихся | **Т** **B/03.6**Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся | **ОПК-12**  |
| **Знания:** основ психологической поддержки и сопровождения спортсменов; методов психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях, а также знания средств и методов психического восстановления занимающихся**Умения:**учитывать принципы и условия их психологического сопровождения спортсменов и спортивных команд при разработке программ спортивной подготовки. Воспитывать у занимающихся черты спортивного характера: спокойствие (хладнокровие), уверенность в себе, надежность действий и помехоустойчивость в сложных изменяющихся условиях спортивного соревнования, стремление к борьбе, к победе и к достижению соревновательной цели**Навыки** и/или опыт деятельности:Заполнение части программы спортивной подготовки касающихся психологической обеспечения спортивной деятельности.Применение средств общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы занимающихся (спортивной команды), а также педагогические технологии развития самооценки и самоконтроля у занимающихсяПрименение методов по формированию у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации. | **Т** **B/03.6**Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся**B/05.6**Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин) | **ОПК-13**  |

**2. Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Дисциплина в структуре образовательной программы относится кчасти дисциплин, формируемых участниками образовательного процесса.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается в 7-ом семестре очной формы обучения, 8 семестре заочной формы обучения.

Вид промежуточной аттестации: экзамен. Общая трудоемкость дисциплины составляет 144 часа (4 з. е.). Промежуточная аттестация – экзамен.

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы:**

*очная форма обучения*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Всего часов | семестр |
| 7 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | **50** | **50** |
| В том числе: |  |  |
| Лекции | 16 | 16 |
| Практические занятия  | 32 | 32 |
| Консультация | 2 | 2 |
| Подготовка к экзамену | 18 | 18 |
| Промежуточная аттестация | экзамен | + |
| **Самостоятельная работа студента** | **76** | **76** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **144** | **144** |
| **зачетные единицы** | **4** | **4** |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Всего часов | семестр |
| 8 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | **10** | **10** |
| В том числе: |  |  |
| Лекции | 4 | 4 |
| Практические занятия  | 6 | 6 |
| Промежуточная аттестация | экзамен | + |
| **Самостоятельная работа студента** | **134** | **134** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **144** | **144** |
| **зачетные единицы** | **4** | **4** |

**4. Содержание дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема (раздел) | Содержание раздела  |
| 1 | Спорт как специфический вид человеческой деятельности  | Степень научной разработанности проблемы. Предмет и задачи психологии спорта как отрасли психологической науки. Понятие об объектах психологии спорта. Направления и проблематика исследований. Значение психологии спорта в системе образования студентов институтов физической культуры. Задачи психологии спорта. Спорт как специфический вид человеческой деятельности. Общие психологические особенности спортивной деятельности. Структура спортивной деятельности |
| 2 | Психологические особенности тренировочной и спортивной деятельности  | Общие психологические особенности учебно-тренировочного процесса. Психологические особенности совершенствования двигательных действий в спортивной тренировке. Готовность к деятельности тренера: состояние психологической готовности, как устойчивая характеристика личности или подготовленность к тренерской деятельности, уровни адаптации к данному виду деятельности, необходимые психологические знания для работы тренера в психологической подготовке юного спортсмена (общая и специальная психологическая подготовка). |
| 3 | Психологические особенности деятельности, личности спортсмена и тренера | Требования, предъявляемые к личности и деятельности спортивного тренера и спортсмена. Особенности профессиональной деятельности и требования к личности спортивного тренера в зависимости от места работы. Мотивы профессиональной деятельности. Психологические механизмы выбора вида деятельности и ее эффективности. Роль личности тренера в успешности спортивной и спортивно-оздоровительной деятельности его воспитанников. Методы изучения личности тренера и спортсмена. Использование полученных знаний в оптимизации профессиональной деятельности спортивного тренера. |
| 4 | Стресс в спортивной деятельности и методы регуляции | Проблемы психологического стресса и тревоги в спорте. Стресс в структуре деятельности. Классификация стрессовых факторов. Внутренние и внешние стрессы. Признаки стресса у спортсменов. Методы регуляции эмоционального перевозбуждения. Концентрация спортсмена. Убеждение, внушение, принуждение. Личность спортивного тренера в индивидуализации педагогического процесса: индивидуальный подход в обучении и воспитании, особенности индивидуального стиля деятельности тренера, методы индивидуальной работы с лицами разного возраста, физической подготовленности, и др. Особенности мотивации спортсмена. Способы концентрации |
| 5 | Психолого-педагогическое сопровождение спортсмена и спортивных команд | Проблема научно-теоретического и практического обеспечения спортивной деятельности как индивидуальной, так и деятельности спортивных команд Управление общением в команде. Непосредственное управление коммуникацией в команде. Конфликты в спорте. Основные стратегии поведения в конфликте. Принуждение (борьба, соперничество). Уход. Кооперация. Соглашательство. Компромисс. Пять типов конфликтных личностей. Функции конфликтов. Пути разрешения конфликтных ситуаций. Роль конфликтов в спортивной практике |

**5. Разделы дисциплины и виды учебной работы**

*очная форма обучения*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | Всегочасов |
| Л | С | СРС |
| 1. | Спорт как специфический вид человеческой деятельности  | 2 | 4 | 16 | 24 |
| 2. | Психологические особенности учебно-тренировочной и спортивной деятельности  | 4 | 6 | 16 | 26 |
| 3. | Психологические особенности деятельности, личности спортсмена и тренера | 4 | 8 | 12 | 24 |
| 4. | Стресс в спортивной деятельности и методы регуляции | 2 | 6 | 18 | 26 |
| 5. | Психолого-педагогическое сопровождение спортсмена и спортивных команд | 4 | 8 | 14 | 24 |
|  | Всего | 16 | 32 | 66 | 124 |
|  | Консультация |  |  |  | 2 |
|  | Подготовка к экзамену |  |  |  | 18 |
|  | Итого |  |  |  | 144 |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | Всегочасов |
| Л | С | СРС |
| 1. | Спорт как специфический вид человеческой деятельности  | - | - | 28 | 28 |
| 2. | Психологические особенности учебно-тренировочной и спортивной деятельности  | 2 | - | 28 | 30 |
| 3. | Психологические особенности деятельности, личности спортсмена и тренера |  | 2 | 28 | 30 |
| 4. | Стресс в спортивной деятельности и методы регуляции | - | 2 | 26 | 28 |
| 5. | Психолого-педагогическое сопровождение спортсмена и спортивных команд | 2 | 2 | 24 | 28 |
|  | Итого | 4 | 6 | 134 | 144 |

1. **Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины**

**6.1. Основная литература**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** |
| **библиотека** |
|  | Корягина, Н. А. Психология общения : учебник и практикум для академического бакалавриата. - М. : Издательство Юрайт, 2015. - 439 с. : табл. - (Бакалавр. Академический курс). - Библиогр.: с. 437. | 30 |
|  | Корягина, Н. А.  Психология общения : учебник и практикум для вузов / Н. А. Корягина, Н. В. Антонова, С. В. Овсянникова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 440 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03322-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511166> (дата обращения: 03.04.2023). | 1 |
|  | Малкин, В. Р.  Психологические методы подготовки спортсменов : учебное пособие для вузов / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; под научной редакцией В. Н. Люберцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 96 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07625-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454683> (дата обращения: 01.12.2020). | 1 |
|  | Психология физической культуры : учебник / Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин, Е. А. Науменко [и др.] ; под редакцией Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 624 c. — ISBN 978-5-906839-11-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/55586.html](http://www.iprbookshop.ru/55586.html%20) (дата обращения: 01.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 |
|  | Психология физической культуры и спорта : практикум / составители И. А. Попова, Ю. В. Хайбуллин. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 91 c. — ISBN 978-5-4497-0169-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/86453.html](http://www.iprbookshop.ru/86453.html%20) (дата обращения: 01.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 |
|  | Психология физической культуры и спорта : учебник для студентов вузов / под ред. А. В. Родионова. - Москва : Академия, 2010. - 365 с.  | 137 |
|  | Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511502> (дата обращения: 26.03.2023). | 1 |
|  | Горбунов, Г. Д. Психология физической культуры и спорта : учебник для студентов вузов / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогунов. - Москва : АКАДЕМИЯ, 2009. - 254 с.  | 30 |
|  | 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 (дата обращения: 10.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 |
|  | Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2017. - 158 с.  | 70 |
|  | *Серова, Л. К.* Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514562> (дата обращения: 03.04.2023). | 1 |
|  | *Серова, Л. К.* Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561> (дата обращения: 03.04.2023). | 1 |
|  | Спортивная психология : учебник для академического бакалавриата / В. И. Воронова, Г. Д. Горбунов, Е. В. Мельник [и др.] ; под ред. В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. - Москва : Юрайт, 2016. - 366 с. | 100 |
|  | Спортивная психология : учебник для вузов / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511039> (дата обращения: 26.03.2023). | 1 |

**6.2. Дополнительная литература**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** |
| **библиотека** |
|  | Бабушкин, Г. Д. Психолого-педагогические методики в структуре подготовки спортсменов : учебное пособие / Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск, 2015. - 228 с. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 10.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей  | 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. | 18 |
|  | Зайченко, В. Н. Основы педагогического мастерства тренера : учебно-методическое пособие для магистров направление подготовки 034300.68 «Физическая культура» / В. Н. Зайченко ; ВГАФК. - Волгоград, 2013. - Библиогр.: с. 99-101. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 10.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 |
|  | Климов Е. А. Общая психология. Общеобразовательный курс : учебное пособие для студентов вузов / Е. А. Климов. - Москва : ЮНИТИ, 1999. - 512 с.  | 26 |
|  | Красноруцкая, И. С.   Половой диморфизм в спорте : учебное пособие / И. С. Красноруцкая ; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2014. - ил. - Библиогр.: с. 88-89. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 10.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 |
|  | Маклаков А. Г. Общая психология : учебник / А. Г. Маклаков. - Санкт-Петербург : Питер, 2005. - 582 с. : ил. - (Учебник нового века). - ISBN 5-272-00062-5 : 159.04. - Текст (визуальный) : непосредственный.  | 85 |
|  | Марцинковская, Т. Д. Общая психология : учебник для студ. учреждений высш. образования / Т. Д. Марцинковская. - 2-е изд., испр. - Москва : Академия, 2014. - 281 с.  | 15 |
|  | Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская ; под редакцией В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 192 c. — ISBN 978-5-907225-30-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/94117.html](http://www.iprbookshop.ru/94117.html%20) (дата обращения: 01.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 |
|  | Неретин, А. В. Компетентность тренера в создании положительного социально-психологического климата в спортивной команде : учебное пособие / А. В. Неретин ; ВГАФК. - Волгоград, 2012. - Библиогр.: в конце каждой главы. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 10.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 |
|  | Николаев, А. Н.   Тренер и его деятельность: методики психодиагностики : методические рекомендации / А. Н. Николаев ; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2005. - табл. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 10.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 |
|  | Нуркова, В. В. Общая психология : учебник для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2016. - 523 с.  | 20 |
|  | Реан, А. А. Психология и педагогика : учебное пособие для студентов вузов / А. А. Реан, Н. В. Бордовская. - Санкт-Петербург : Питер, 2008. - 432 с. | 187 |
|  | Станиславская И. Г. Психология. Основные отрасли : учебное пособие / И. Г. Станиславская, И. Г. Малкина-Пых ; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - М. : Человек, 2014. - 322 с.  | 15 |
|  | Стрельникова, И. В.   Конфликты в спорте (Методы исследования) : учебно-методическое пособие / И. В. Стрельникова, Н. М. Ежова, В. П. Ванявкин ; МГАФК. - Малаховка, 2001. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 10.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 |
|  | Хозиев В. Б. Практикум по общей психологии : учебное пособие / В. Б. Хозиев. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2005. - 271 с.  | 20 |

**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>
14. Энциклопедия психодиагностики <http://psylab.info>
15. 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*

*«Психолого-педагогическая деятельность тренера»*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

 «Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра педагогики и психологии

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол № 5/24 от «17» июня 2024 г.

Председатель УМК,

 проректор по учебной работе

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

«17» июня 2024 г.

**Фонд оценочных средств**

**по дисциплине**

**«ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ТРЕНЕРА»**

**Направление подготовки**

49.03.04Спорт

**ОПОП «Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании»**

**ОПОП «Управление спортивной подготовкой в индивидуальных и командных видах спорта»**

**Форма обучения**

очная/заочная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол № 5 от «28» мая 2024 г.)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ В.В. Буторин

«28» мая 2024 г.

Малаховка, 2024 год

**ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Трудовые функции | ЗУНы | Индикаторы достижения |
| **УК-3** Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде | Отсутствуют | **Знания:** Основные термины, понятия в сфере коммуникации. Научно-теоретические проблемы межличностного взаимодействия в тренерской деятельности.**Умения:** общения и взаимодействия с другими, в том числе при решении профессиональных задач подбор психологической диагностики для выявления коммуникативных особенностей и выявления лидера в команде.**Навыки** и/или опыт деятельности: общения и взаимодействия с другими, использования приемов вербальной и невербальной коммуникации.в том числе при решении профессиональных задач. | **Знает:** основы общения и взаимодействия, стороны общения, вербальные и не вербальные средства общения. способы организации межличностного и межгруппового общения. (**вопросы к промежуточной аттестации, устный опрос**)Обсуждает с коллегами темы по спортивной подготовке в группе. Выполняет роль спикера и оппонента в дискуссиях **(дискуссия, практическое задание, доклад)**Применяет вербальные и не вербальные средства общения.  **(коллоквиум)** |
| **УК-6** Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни  | Отсутствуют | **Знания:** основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, основы их психодиагностики, а также этапы профессионального становления и саморазвития в спортивного тренера.**Умения:**определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения профессиональной деятельности тренера.**Навыки** и/или опыт деятельности: Методикой самоанализа способов и результатов своих профессиональных действий. Методами эффективного общения, методами диагностики по определению психологического климата в спортивном коллективе | **Знает:** этапы профессионального становления и саморазвития спортивного тренера. методы и средства профессионального самосовершенствования. (**вопросы к промежуточной аттестации, устный опрос**)Планирует время и ресурсы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения профессиональной деятельности тренера. **(практическое задание)**Анализирует ситуации, возникающие в профессиональной деятельности тренера **(практическое задание, доклад)** |
| **ОПК-7** Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом | **Т** **B/03.6**Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся | **Знания:**Психологические возрастные особенности детей и качества личности занимающихся ФКиС. Сущностно-содержательные характеристики понятий: мотив, мотивация, потребность, психологические установки.Ценностные ориентации, волевые качества и отношение к физической культуре. Основ здорового образа жизни.**Умения:**Разъяснять занимающимся важность ведения здорового образа жизни и подбирать средства и методы воспитания на основе психологических возрастных особенностей занимающихся, контролировать психические состояния.**Навыки** и/или опыт деятельности:Формирования мотивационно-ценностных ориентаций и установок и волевых качеств с учетом психологических возрастных особенностей занимающихся. | **Знает:** структуру волевой и мотивационно-потребностной сфер личности;особенности мотивации лиц, поступающих в группы на этапы спортивно-оздоровительный, начальной подготовки (**вопросы к промежуточной аттестации, устный опрос**).Разъясняет детям, подросткам и молодежи важность ведения здорового образа жизни, ценность занятий оздоровительными физическими упражнениями **(дискуссии, практическое задание, доклад)**Приводит аргументы для убеждения молодежи в важности ведения здорового образа жизни, ценности занятий оздоровительными физическими упражнениями **(дискуссии)** |
| **ОПК-12** Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов. в том числе с использованием методик измерения и оценки | **Т** **B/03.6**Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся | **Знания:** в основные принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования**Умения:** применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающих спортивной деятельностью.Производить анализ данных по психологическому обследованию психических состояний занимающихся и прогнозировать развитие общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся**Навыки и/или опыт деятельности**: по формированию мотивационной сферы и применять психологические средства для психического восстановления и психологической подготовки спортсменов к тренировочной и соревновательной деятельности на основе анализа личностно-психических качеств занимающихся | **Знает:** основы проведения психопрофилактики, психокоррекции психического состояния и конфликтного поведения занимающихся спортом (**вопросы к промежуточной аттестации, устный опрос**)Предлагает методы и средства контроля педагогического и психологического контроля для коррекции психического состояния спортсмена на основе анализа практической ситуации  **(практическое задание)**Определяет психическое состояние спортсмена на основе анализа практической ситуации **(коллоквиум, практическое задание)** |
| **ОПК-13** Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом | **Т** **B/03.6**Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся**B/05.6**Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин) | **Знания:** основ психологической поддержки и сопровождения спортсменов; методов психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях, а также знания средств и методов психического восстановления занимающихся**Умения:**учитывать принципы и условия их психологического сопровождения спортсменов и спортивных команд при разработке программ спортивной подготовки. Воспитывать у занимающихся черты спортивного характера: спокойствие (хладнокровие), уверенность в себе, надежность действий и помехоустойчивость в сложных изменяющихся условиях спортивного соревнования, стремление к борьбе, к победе и к достижению соревновательной цели**Навыки** и/или опыт деятельности:Заполнение части программы спортивной подготовки касающихся психологической обеспечения спортивной деятельности.Применение средств общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы занимающихся (спортивной команды), а также педагогические технологии развития самооценки и самоконтроля у занимающихсяПрименение методов по формированию у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации. | **Знает:** методы стимулирования устойчивой спортивной мотивации к занятиям у занимающихся; психологические средства для снижения уровнянервно-психической напряженности во время тренировок; особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации (**вопросы к промежуточной аттестации, устный опрос**)Отбирает средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся в соответствии сложившейся ситуации или поставленным задачам: беседа, внушение, убеждение, метод заданий и поручений, моделирование соревновательных ситуаций, психотехнические упражнения, идеомоторная тренировка, психорегулирующие средства.  **(практическое задание, дискуссия, доклад)**Расписывает содержание общей и специальной психологической подготовки в соответствии с задачами на разных этапах спортивной деятельности с учётом специфики вида спорта. **(практическое задание)** |

Составитель Шубина Г.Л./\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**1. Типовые контрольные задания:**

**1.1 Перечень вопросов для промежуточной аттестации*.***

1. Личность идеального тренера.
2. Мотивы и составляющие творчества спортивного тренера.
3. Личностные качества и самообразование, самовоспитание тренера.
4. Личность и индивидуальный стиль деятельности тренера.
5. Готовность к деятельности и психические состояния тренера.
6. Компоненты тренерской деятельности.
7. Уровни тренерской деятельности.
8. Требования, предъявляемые к деятельности современного тренера.
9. Мотивация к профессиональной деятельности спортивного тренера.
10. Ролевые позиции тренера в учебно-тренировочном и соревновательном процессах.
11. Эффективность спортивной деятельности спортсмена в зависимости от личностных качеств и авторитета тренера.
12. Общие и педагогические способности, как предпосылки формирования мастерства тренера.
13. Составляющие творчества тренера.
14. Педагогическая этика и педагогический такт тренера.
15. Готовность к деятельности и психические состояния тренера.
16. Психологические условия успешного руководства учебно-воспитательным процессом.
17. Особенности индивидуального стиля деятельности тренера.
18. Личностные особенности тренера и методы индивидуальной работы со спортсменом.
19. Причины трудностей в деятельности тренера.
20. Типичные трудности в решении педагогических задач и пути их решения.
21. Основные умения тренера для осуществления научной организации труда.
22. Цели и задачи самосознания, самообразование и самовоспитание тренера.
23. Методы изучения личности тренера и спортсмена.
24. Сущность психолого-педагогической деятельности тренера.
25. Особенности спортивной деятельности.
26. Проблема психологического изучения деятельности тренера как самостоятельное направление психологии спорта.
27. Психологический стресс и методы регуляции.
28. Функции тренерской работы.
29. Отличительные особенности работы тренера от работы учителя по физической культуре.
30. Психологическая основа тренировочного процесса.
31. Формирование тренером сознания и самосознание спортсмена.
32. Агрессивность в спорте и методы регуляции.
33. Конфликты в спортивной деятельности. Виды, пути выхода из конфликтов.
34. Современные подходы к психологии общения.
35. Структура и основные нарушения процесса коммуникации в деловом общении.
36. Специальные приемы ведения собраний.
37. Правила эффективной коммуникации в общении.
38. Основные принципы и техники построения партнерских отношений в деловом взаимодействии.
39. Приемы противостояния негативному психологическому влиянию в процессе общения.
40. Основные ошибки руководителя при проведении беседы с подчиненными.
41. Факторы успешности проведения беседы.
42. Правила выбора аргументации в процессе преодоления возражений в деловой беседе.
43. Средства повышения воздействия на аудиторию в процессе публичного выступления.
44. Особенности проведения различных типов совещаний.
45. Краткая характеристика форм реализации делового общения.
46. Виды психологического влияния в деловом общении.
47. Правила эффективной коммуникации в деловом общении.
48. Использование риторических приемов аргументации.
49. Манипулятивные приемы аргументации и противодействие им.
50. Стратегии взаимодействия в общении.
51. Закономерности, эффекты и феномены межличностного взаимодействия в контексте общения.
52. Основные принципы и техники построения партнерских отношений в деловом взаимодействии.
53. Приемы противостояния негативному влиянию партнера в процессе делового общения.
54. Предупреждение конфликтных ситуаций.

При подготовке к промежуточной аттестации по дисциплине студент должен изучить вопросы к экзамену, представленные в фонде оценочных средств, опираясь на содержание основной и дополнительной литературы, предусмотренной программой дисциплины. На экзамене студент отвечает на два вопроса, содержащиеся в экзаменационном билете. 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 экзамена.

**Критерии оценки:**

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 Вопросы для коллоквиума по дисциплине**

**Раздел 1. Спорт как специфический вид человеческой деятельности.**

1. Предмет и задачи психологии спорта как отрасли психологической науки.
2. Спорт как экстремальный вид человеческой деятельности.
3. Какие этапы развития психологии спорта вы знаете?
4. Какая задача психологии спорта направлена на изучение психологических проблем отбора и спортивной ориентации?
5. Чем определяются психологические особенности спортивной деятельности?
6. Какие психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельностей вы знаете?
7. Определите основные структурные звенья спортивной деятельности.

**Раздел 2. Психологические особенности учебно-тренировочной и спортивной деятельности.**

1. Общие психологические особенности учебно-тренировочного процесса.
2. Психологические особенности совершенствования двигательных действий в спортивной тренировке.
3. Готовность к деятельности тренера.
4. Составляющие творчества тренера.
5. Особенности индивидуального стиля деятельности тренера.
6. Причины трудностей в деятельности тренера.
7. Педагогическая этика и педагогический такт тренера.

**Раздел 3.** **Психологические особенности деятельности и личности спортсмена и тренера.**

1. Требования, предъявляемые к личности и деятельности спортивного тренера и спортсмена.
2. Профессионально важные качества тренера
3. Особенности профессиональной деятельности и требования к личности спортивного тренера в зависимости от места работы.
4. Мотивы профессиональной деятельности. Методы изучения личности тренера и спортсмена.
5. Цели и задачи самосознания, самообразование и самовоспитание тренера.
6. Методы изучения личности тренера и спортсмена.
7. Какова связь особенностей личности спортсмена с успешной спортивной деятельностью?
8. Каковы отличительные черты личности спортсмена?
9. Какими путями может достигнуть спортсмен самовоспитания позитивных черт характера?

**Раздел 4.** **Стресс в спортивной деятельности и методы регуляции.**

1. Проблемы психологического стресса и тревоги в спорте. Стресс в структуре деятельности.
2. **Психическое напряжение и перенапряжение спортсмена.**
3. **Спортивные страхи, двигательные дисгармонии и двигательные неврозы**
4. Классификация стрессовых факторов.
5. **Стресс соревнования**
6. Методы регуляции эмоционального перевозбуждения.
7. Способы концентрации во время соревнований

**Раздел 5. Психолого-педагогическое сопровождение спортсмена и спортивных команд.**

1. Проблема научно-теоретического и практического обеспечения спортивной деятельности как индивидуальной, так и деятельности спортивных команд
2. Управление общением в команде.
3. Непосредственное управление коммуникацией в команде.
4. Конфликты в спорте.
5. Основные стратегии поведения в конфликте.
6. Правила эффективной коммуникации в общении.
7. Основные принципы и техники построения партнерских отношений в деловом взаимодействии.
8. Приемы противостояния негативному психологическому влиянию в процессе общения.
9. Основные ошибки руководителя при проведении беседы с подчиненными.
10. Факторы успешности проведения беседы.

**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.

**1.3 Темы докладов по дисциплине**

**Раздел 3.** **Психологические особенности деятельности и личности спортсмена и тренера.**

1. Изучение психомоторного проявления волевого усилия.
2. Психомоторная совместимость спортсменов в командах.
3. Изучение интеллектуальных свойств, занимающихся спортом.
4. Измерение предсоревновательного состояния спортсменов.
5. Оценочные стереотипы восприятия и понимания тренером себя и других.
6. Диагностика направленности личности тренера.
7. Выявление «синдрома выгорания» в тренерской деятельности.
8. Прогноз и оценка успешности профессиональной карьеры в спорте.

**Раздел 4.** **Стресс в спортивной деятельности и методы регуляции.**

1. Влияние неосознаваемых стресс-факторов на результативность субъекта спортивной деятельности
2. Метод отключение – переключение.
3. Метод контроль и регуляция тонуса мимических мышц лица и скелетной мускулатуры.
4. Метод контроль и регуляция темпа движений и речи.
5. Метод специальные дыхательные упражнения.
6. Метод самовнушение – самоубеждение.
7. **Метод управляемой психофизиологической саморегуляции «Ключ» Хасая Алиева**
8. Релаксация.
9. Использование хатха-йоги для регуляции предстартовых состояний

**Раздел 5. Психолого-педагогическое сопровождение спортсмена и спортивных команд.**

1. Обучение тренеров умению преодолевать трудности педагогического общения.
2. Обучение тренеров педагогическим умениям выслушивать учеников и вести с ними воспитательную беседу.
3. Метод анализа конкретных ситуаций в педагогическом общении тренера со спортсменами.
4. Межличностное общение в спортивной деятельности.
5. Выявление склонности к конфликтным взаимоотношениям.
6. Анализ ситуаций общения тренера со спортсменами в ходе соревнования.
7. Предупреждение и разрешение конфликтов в общении членов команд.
8. Принципы и упражнения для формирования командной сплоченности.
9. Изучение влияния соревнований на личность спортсменов.
10. Изучение отношения спортсменов к конкретному соревнованию.
11. Характеристика методов ментального тренинга.

**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 не переработанный текст другого автора (других авторов).

**1.4 Практические задания**

**Раздел 2. Психологические особенности учебно-тренировочной и спортивной деятельности.**

***Задание.*** Вы стали свидетелем как ваш коллега тренер с целью стимулирования активности спортсмена словесно унижает и оскорбляет спортсмена. Ваша аргументация тренеру о не эффективности его метода по достижению поставленных задач.

**Раздел 3. Психологические особенности деятельности и личности спортсмена и тренера.**

***Задание.*** У спортсмена первое выступление на соревновании, он отказывается выступать. Каковы ваши действия как тренера?

**Раздел 4. Стресс в спортивной деятельности и методы регуляции.**

***Задание.*** Вы стали свидетелем конфликта между спортсменами, каковы ваши действия?

***Задание.*** У спортсмена перед стартом наблюдается следующая симптоматика его психического состояния: значительное преобладание возбуждения над торможением (большая интенсивность возбуждения), учащенный пульс, учащенное и поверхностное дыхание, увеличение тонуса мышц, потливость, эмоциональная неустойчивость, нетерпеливое желание как можно скорее начать действовать. Ответьте на вопрос: какое предстартовое состояние у спортсмена и какие методы психорегуляции вы предложите?

***Задание.*** У спортсмена перед стартом наблюдается следующая симптоматика его психического состояния: преобладание торможения над возбуждением, пониженная эмоциональная возбудимость, неуверенность и даже потеря веры в свои силы и успех, безразличие к окружающему и к предстоящей предсоревновательной борьбе, нежелание участвовать в соревновании.

Ответьте на вопрос: какое предстартовое состояние у спортсмена и какие методы психорегуляции вы предложите?

***Задание.*** У спортсмена перед стартом наблюдается следующая симптоматика его психического состояния: сохраняется баланс нервных процессов возбуждения и торможения, обостряется четкость восприятия, повышается наблюдательность, мышление спортсмена работает четко, он успевает быстро анализировать, обобщать, взвешивать, оценивать, принимать нужное решение. Спортсмен переживает активные эмоции уверенности в успехе, в своих силах, чувствует прилив бодрости, энергии и с нетерпением ждет начала спортивной борьбы.

Ответьте на вопрос: какое предстартовое состояние у спортсмена и какие методы психорегуляции вы предложите?

**Раздел 5. Психолого-педагогическое сопровождение спортсмена и спортивных команд.**

***Задание.*** Спортсмен отказывается от совместной работы в команде. Каковы ваши действия?

Какие вы можете предложить мотиваторы, повышающие двигательную активность.

***Задание.*** Родитель ребёнка пытается вмешаться в тренировочный процесс, мешая тем самым тренеру. Каковы действия тренера в данной ситуации?

***Критерии оценки:***

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если: он принимает активное участие в обсуждении, работе, и при этом выражает свою точку зрения аргументировано, обоснованно, приводит доказательственную базу, хорошо знает основную канву происходивших событий и явлений, способен выявлять и анализировать их причины и последствия, выстраивать причинно-следственные цепочки;

Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если: он принимает активное участие в практической работе, хорошо знает канву происходивших событий и явлений, но при этом не всегда в полной мере может обоснованно и аргументировано обосновать свою точку зрения, имеет проблемы при приведении доказательной базы своих суждений, при выстраивании причинно-следственных цепочек;

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он не очень активно участвовал в обсуждении, имеет поверхностные знание о происходивших событиях и явлениях и не может убедительно сформулировать и отстоять свою точку зрения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он практически не принимал участие в обсуждении темы, не обладает достаточным количеством знаний по рассматриваемой проблеме, не может сформулировать свое отношение к ней, аргументировать ее.

Оценка не выставляется обучающемуся, если он отсутствовал или не принимал участие в практической работе.

**1.5 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 экзамене 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 экзамене оценивается в соответствии с разработанными и утвержденными на заседании кафедры критериями оценки.