

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора института физической культуры спорта и безопасности жизнедеятельности

/О.В. Багрянцев/



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01.04 Психология физкультурно-спортивной деятельности

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль): Профессиональное образование и управление в области физической культуры и спорта

Квалификация (степень): магистр

Форма обучения: очная

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: теории и методики физического воспитания

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	1		
Семестр/триместр	1		

Лекции	18		
Лабораторные занятия	-		
Практические (семинарские) занятия	36		
Консультации			
Форма промежуточной аттестации	Экзамен-0,3		
Контроль	9		
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	116,7		

Всего часов: 180

Трудоемкость: 5 зачетных единиц.

Разработчик рабочей программы:
кандидат педагогических наук, доцент

В.В. Семянникова

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель изучения дисциплины:

- Обеспечить понимание по повышению общей и психолого-педагогической культуры.
- Сформировать систему ценностного представления о психологических особенностях человека, как фактора успешности его деятельности.
- Сформировать комплексное представление о профессиональной деятельности и о собственной ответственности за ее результаты.
- Сформировать умение практической реализации психолого-педагогических положений психологии физического воспитания и спорта в профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- Ознакомить обучающихся с основами психологических знаний (историей и методологией, категориальным аппаратом, общими законами психических явлений) и содействовать овладению понятийным аппаратом, описывающим познавательную, эмоционально – волевою, мотивационную и регулятивную сферы психического, проблемы личности, мышления, общения и деятельности, образования и самообразования.
- Обеспечить специальное психологическое образование путем обогащения их знаниями закономерностей проявления и развития психики в специфических условиях физического воспитания и спортивной деятельности.
- Способствовать выработке у обучающихся умений и навыков применять полученные теоретические знания в практике физического воспитания и спорта, а также приобретение опыта анализа профессиональных и учебных проблемных ситуаций, организации профессионального общения и взаимодействия, принятия индивидуальных и совместных решений, рефлексии и развития деятельности
- Содействовать формированию положительных свойств личности обучающегося как специалиста с высшим образованием и приобретение опыта учета индивидуально – психологических и личностных особенностей людей, стилей их познавательной и профессиональной деятельности.
- Ознакомление с методами развития профессионального мышления и усвоение теоретических основ проектирования, организации и осуществления современного тренировочного процесса, диагностики его хода и результатов.

Место дисциплины в структуре ОПОП: реализуется в рамках части, формируемая участниками образовательных отношений блока Б1. Дисциплины (модули)

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1	Знать: - методы критического анализа и оценки современных научных достижений; - основные принципы критического анализа.	Знает: - основные категории и понятия психологической науки; - представление о предмете и методе психологии, о месте психологии в системе наук и их основных отраслях.
	Уметь: - анализировать проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие	Умеет: - понимать роль физической культуры в психологическом развитии человека и подготовке специалиста;

	<p>и связи между ними;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять поиск вариантов решения поставленной проблемной ситуации на основе доступных источников информации; - определять в рамках выбранного алгоритма вопросы (задачи), подлежащие дальнейшей разработке. 	<ul style="list-style-type: none"> - дать оценку о мотивационно-ценностном отношении и самоопределении в физической культуре и спорте с установкой на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> -навыками разработки стратегии достижения поставленной цели как последовательности шагов, предвидя результат каждого из них и оценивая их влияние на внешнее окружение планируемой деятельности и на взаимоотношения участников этой деятельности. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками формирования личности спортсмена, его свободы, ответственности; - системой психологических знаний в сфере образования, сущности образовательных и тренировочных процессов.
<p>УК-4 Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -компьютерные технологии и информационная инфраструктура в организации; -коммуникации в профессиональной этике; -методы исследования коммуникативного потенциала личности; -современные средства информационно- коммуникационных технологий. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретические и практические основы тренерской деятельности; - методы тренировки в избранных видах спорта; - современные российские и зарубежные теории в области методики спорта, тенденции их развития;
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -создавать на русском и иностранном языке письменные тексты научного и официально- делового стилей речи по профессиональным вопросам; -исследовать прохождение информации по управленческим коммуникациям; -производить редакторскую и корректорскую правку текстов научного и официально-делового стилей речи на русском и иностранном языке; -анализировать систему коммуникационных связей в организации; -представлять результаты академической и профессиональной деятельности на различных научных мероприятиях, включая международные. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять и обосновывать достоинства и недостатки методик тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> -интегративными умениями, необходимыми для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях; 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - современными педагогическими методами обучения и воспитания; - разработкой методических и учебных материалов для внедрения но-

	-использованием современных средств информационно-коммуникационных технологий.	вейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных организациях.
ОПК-6 Способен проектировать и использовать эффективные психолого-педагогические, в том числе инклюзивные, технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями	Знать: - перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с особыми образовательными потребностями на доступное и качественное образование; -общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; - функциональные обязанности в рамках своей профессиональной деятельности; -взаимосвязь своей профессии с другими смежными профессиями.	Знает: - средства контроля соревновательной и тренировочной деятельности; - способы интерпретации педагогического опыта;
	Уметь: -проектировать специальные условия при инклюзивном образовании обучающихся с особыми образовательными потребностями; - анализировать и осуществлять отбор информационных технологий, используемых в образовательном процессе; - организовать деятельность обучающихся с особыми образовательными потребностями по овладению адаптированной образовательной программой; - проводить оценочные процедуры, отвечающие особым образовательным потребностям обучающихся; - организовать совместную деятельность обучающихся с особыми образовательными потребностями с нормально развивающимися сверстниками при инклюзивном образовании.	Умеет: - применять на практике передовой педагогический опыт; - осуществлять мониторинг качества образовательной деятельности. - дать оценку о мотивационно-ценностном отношении и самоопределении в физической культуре и спорте с установкой на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
	Владеть: - навыками разработки программных материалов педагога (рабочие программы учебных дисциплин и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся; -проводит занятия в ин-	Владеет: - системой психологических знаний в сфере образования, сущности образовательных и тренировочных процессов; - разработкой методических и учебных материалов для внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного

	<p>кклюзивных группах; -проводит оценочные мероприятия (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных группах.</p>	<p>процесса в конкретных физкультурно-спортивных организациях.</p>
<p>ПКС-2 Способен вести исследовательскую деятельность в сфере образования и осуществлять проектирование методических материалов, отвечающих актуальному уровню развития науки и тенденциям развития образования.</p>	<p>Знать: - методологические основы исследовательской деятельности в образовании; - нормативные требования к ФГОС, примерным или типовым образовательным программам и(или) рабочим программам, профессиональным стандартам. - требования и подходы к созданию современных учебно-методических материалов в школе и вузе (по программам бакалаврита);</p>	<p>Знает: - приёмы моделирования и проектирования систем тренировки и технологий тренировочной деятельности.</p>
	<p>Уметь: - проектировать и осуществлять педагогическое исследование; -использовать результаты педагогических исследований при разработке методических материалов в школе и вузе (по программам бакалаврита); -разрабатывать (обновлять) примерные или типовые образовательные программы, примерные рабочие программы учебных предметов, курсов, дисциплин в школе и вузе (по программам бакалаврита);</p>	<p>Умеет: - применять на практике передовой педагогический опыт; - осуществлять мониторинг качества образовательной деятельности.</p>
	<p>Владеть: -навыками осуществления самостоятельного педагогического исследования; - способностью анализировать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации образовательных программ; - умениями проектирования образовательных программ, рабочих программ и иных учебно- методических материалов.</p>	<p>Владеет: - современными педагогическими методами обучения и воспитания; - разработкой методических и учебных материалов для внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных организациях.</p>

II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
	Раздел 1. Психология физической культуры	70	8	16	-	46
1.	Тема 1. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи, методы).	16	2	4	-	10
2.	Тема 2. Психологические основы обучения двигательным действиям	16	2	4	-	10
3.	Тема 3. Развитие психических процессов в физическом воспитании	16	2	4	-	10
4.	Тема 4. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физического воспитания.	22	2	4	-	16
	Раздел 2. Психология спорта	107,7	10	20		70,7
5.	Тема 5. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности.	16	2	2		12
6.	Тема 6. Психология спортивного соревнования.	15	1	2		12
7.	Тема 7. Психологические особенности обучения и совершенствования.	15	1	2		12
8.	Тема 8. Психологические основы физической подготовки.	20	2	6		12
9.	Тема 9. Психологические основы технической подготовки.	18	2	4		12
10.	Тема 10. Психологические основы тактической подготовки.	23,7	2	4		17,7
11.	Форма отчетности экзамен	0,3				
12.	Консультация					
13.	Контроль	9				
	<i>Итого в 1 семестре</i>	180	18	36	-	116,7

	ИТОГО:	252	18	36	-	116,7
--	---------------	------------	-----------	-----------	----------	--------------

Очно-заочная форма обучения

Не реализуется

Заочная форма обучения

Не реализуется

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы, теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

Типовой вариант контрольной работы

Вариант 1.

1. Факторы повышения активности школьников на тренировках.
2. Основы развития внимания и способы поддержания его устойчивости на тренировках.

Вариант 2.

1. Психологическое напряжение и перенапряжение в спортивной деятельности.
2. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме экзамена с использованием следующих оценочных материалов: перечень вопросов к экзамену.

Примерная тематика рефератов

1. Методы изучения личности учащегося.
2. Основы развития внимания и способы поддержания его устойчивости на тренировках.
3. Психологические особенности мыслительной деятельности на тренировках.
4. Роль двигательной памяти в процессе занятия физическими упражнениями.
5. Факторы повышения активности школьников на тренировках.
6. Дидактические принципы организации занятий физической культурой и спортом.
7. Психологическая систематика видов спорта.
8. Психологическая характеристика физических качеств.
9. Психологическое понимание двигательных навыков и особенности их формирования. Стадии формирования двигательных навыков.
10. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных действий.
11. Роль представлений в управлении движениями.
12. Реакция в спорте.
13. Психологическое напряжение и перенапряжение в спортивной деятельности.
14. Общие признаки перенапряжения. Специальные состояния нервозности, прочной стеничности и астеничности.
15. Предсоревновательные психические состояния.
16. Экстремальные ситуации как фактор снижения результативности в спортивной деятельности.
17. Основы обучения и спортивного совершенствования в спорте.
18. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов.
19. Психологическое обеспечение технической подготовки спортсменов.
20. Психологическое обеспечение тактической подготовки спортсменов.

21. Тактическое мышление спортсмена.
22. Основы планирования тактических действий в спортивной практике.
23. Антиципация в спорте.
24. Моделирование как метод организационной подготовки спортсменов.
25. Общие педагогические и специальные требования к личности тренера.
26. Аспекты формирования личности спортсмена.
27. Методы изучения личности спортсмена.
28. Психологическая характеристика спортивных групп.
29. Социально-психологический климат и его значение в спорте.
30. Особенности взаимоотношений в системе «тренер - спортсмен».
31. Особенности взаимоотношений в системе «спортсмен - спортсмен».
32. Мотивы спортивной деятельности.
33. Диагностика в спорте.
34. Отбор в спортивной практике.
35. Психологические особенности соревнования.
36. Психологические особенности тренировки.
37. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
38. Специальная психологическая подготовка к соревнованиям.

Вопросы к экзамену (1 семестр, очная форма обучения)

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
6. Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости
7. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников
8. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры
9. Дидактические принципы
10. Психологическая характеристика физических качеств
11. Специализированные восприятия в спорте
12. Реакция в спорте
13. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе
14. Предсоревновательные психические состояния
15. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности
16. Деятельность учителя физической культуры
17. Способности, необходимые учителю физической культуры
18. Умения учителя физической культуры
19. Стиль деятельности учителей физической культуры
20. Авторитет учителя физической культуры
21. Психологические особенности личности тренера
22. Мотивационная сфера школьника
23. Самосознание школьника
24. Эмоциональная сфера школьника
25. Волевая сфера школьника
26. Типические особенности личности школьников
27. Понятие об индивидуальности

28. Методы психолого-педагогического изучения учителем физической культуры личности школьника
29. Социально-психологические особенности спортивной группы
30. Лидерство в спортивной группе
31. Социально-психологический климат
32. Психологические основы общения в спорте
33. Успешность спортивной деятельности и общение

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Психология физической культуры : учебник : [12+] / под общ. ред. Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL : <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255> (дата обращения: 30.03.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-11-4. – Текст : электронный.
2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450632> (дата обращения: 25.03.2022).

4.2. Дополнительная литература

1. Ильина, Н.Л. Психология тренера : учебное пособие : [16+] / Н.Л. Ильина ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. – 109 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457948> (дата обращения: 25.03.2022). – ISBN 978-5-288-05683-3. – Текст : электронный.

V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	https://infourok.ru/	Инфоурок: образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеуроки и другие материалы по предметам школьной программы.	Свободный доступ
2.	http://edu.ru/	Российское образование: Федеральный портал. Включает ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ

3.	https://www.infosport.ru/	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	Свободный доступ
----	---	--	------------------

VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	www.garant.ru	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ
4.	www.consultant.ru	Российская компьютерная справочно-правовая система	Свободный доступ
5.	https://www.infosport.ru/	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	Свободный доступ
6.	https://www.olympichistory.info/	История Олимпийских игр	Свободный доступ
7.	https://www.minsport.gov.ru	Министерство спорта РФ	Свободный доступ

VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Предусмотрены помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.