

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Уайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 01.11.2023 16:31:33  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Социально-гуманитарных, педагогических и естественных наук

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«27» апреля 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Психология физической культуры и спорта (Б1.О.18)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.01 Физическая культура</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Менеджмент в физической культуре и спорте» «Физкультурное образование» «Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>бакалавр</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2023</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 3 семестр заочная: 3 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачетных единиц: 3 часов: 108</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>экзамен</i>

Разработчик рабочей программы:

Фролова Н.Ю., к.п.н., доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры СГПиЕН

Протокол от «11» апреля 2023 г. № 25

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от «26» апреля 2023 г. № 9

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся знаний и умений к решению профессиональных задач, связанных с психологическим обеспечением развития и функционирования психических явлений, состояний и качеств у обучающихся образовательных учреждений и воспитанников спортивных организаций.

### 1.2 Задачи дисциплины

- сформировать у студента научное мировоззрение, профессионально-педагогическую направленность, содействовать развитию психологического мышления сформировать систему научно-прикладных знаний и умений, необходимых в будущей профессиональной деятельности;
- сформировать систему научно-прикладных знаний и умений, необходимых в будущей профессиональной деятельности;
- ознакомить с современными психологическими подходами обучения и воспитания в сфере физической культуры и спорта;
- сформировать представление о психолого-педагогических основаниях реализации эффективного индивидуального подхода при организации занятий физической культурой.

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Психология физической культуры и спорта» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Психология физической культуры и спорта» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
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.	<b>ОПК-1.1 Знает</b> положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки. <b>ОПК-1.2 Умеет</b> планировать содержание занятий по физической культуре и спорту. <b>ОПК-1.3 Владеет</b> технологиями планирования занятий для различных категорий занимающихся.
ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.	<b>ОПК-2.1 Знает</b> методики спортивного отбора и спортивной ориентации, применяемые в процессе занятий физической культурой и спортом. <b>ОПК-2.2 Умеет</b> выбирать методики спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом. <b>ОПК-2.3 Владеет</b> методиками спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом.
ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.	<b>ОПК-6.1 Знает</b> роль, структуру и функции физической культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни. <b>ОПК-6.2 Умеет</b> проводить мероприятия по

	<p>формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.</p> <p><b>ОПК-6.3 Владеет</b> методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.</p>
ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	<p><b>ОПК-9.1 Знает</b> методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся.</p> <p><b>ОПК-9.2 Умеет</b> подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля.</p> <p><b>ОПК-9.3 Владеет</b> методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся.</p>
ОПК-10 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта.	<p><b>ОПК-10.1 Знает</b> функции участников деятельности в области физической культуры и спорта и принципы организации их совместной деятельности.</p> <p><b>ОПК-10.2 Умеет</b> устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации в процессе деятельности в области физической культуры и спорта.</p> <p><b>ОПК-10.3 Владеет</b> навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе деятельности в области физической культуры и спорта.</p>

### 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

#### 3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		3 семестр	Всего
1	Контактная работа	48	48
1.1	Занятия лекционного типа	16	16
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	32/0	32/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	60/27	60/27
3	Промежуточная аттестация – экзамен	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
		<i>в академических часах</i>	108
		<i>в зачетных единицах</i>	3

#### 3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		3 семестр	Всего
1	Контактная работа	10	10
1.1	Занятия лекционного типа	2	2
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	8/0	8/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	98/9	98/9

3	Промежуточная аттестация – экзамен		+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	<i>в академических часах</i>	108	108
		<i>в зачетных единицах</i>	3	3

#### 4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

#### 5 Структура и содержание дисциплины

##### 5.1 Модульный тематический план

##### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ раздела, темы	Разделы и темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах			Трудоемкость, в часах
		Контактная работа		Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		
	Всего		в т.ч. в форме практической подготовки		
<b>1</b>	<b>Раздел Предмет психологии физической культуры и спорта</b>				
1.1	Понятие о предмете психологии физической культуры и спорта	1	0	0	1
1.2	Задачи психологической науки в области физической культуры и спорта	1	2	0	3
<b>2</b>	<b>Раздел Психологические закономерности возрастного развития занимающихся</b>				
2.1	Психология развития, основные категории и закономерности развития	1	2	0	5
2.2	Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития	1	2	0	5
<b>3</b>	<b>Раздел Психологические основы обучения и воспитания в физической культуре и спорте</b>				
3.1	Физическая культура и спорт как деятельность и ее психологическая характеристика, структура и особенности	1	1	0	5
3.2	Двигательная деятельность: произвольные действия и произвольные операции	1	2	0	6
3.3	Современное представление о психологической структуре и формированию двигательного действия	0	1	0	1
<b>4</b>	<b>Раздел Развитие психических процессов в физической культуре и спорте</b>				
4.1	Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов	1	1	0	4
4.2	Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой и спортом	1	1	0	4
4.3	Формирование волевых качеств занимающихся	1	2	0	5
<b>5</b>	<b>Раздел Психологические основы формирования личности в физическом воспитании и спорте</b>				
5.1	Понятие, структура и содержание личности	1	2	0	3
5.2	Развитие личностных качеств в связи с двигательной деятельностью	1	2	0	17
<b>6</b>	<b>Раздел Психологическая характеристика деятельности и личности в физической культуре и спорте</b>				
6.1	Психологическая характеристика личности тренера, специалиста по спорту и индивидуальный стиль деятельности	1	2	0	9
6.2	Психологическая структура деятельности тренера	1	2	0	9
<b>7</b>	<b>Раздел Мотивация занятий физической культурой и спортом</b>				
7.1	Актуальные проблемы мотивов в процессе физической	1	1	0	2

	культуры и спорте					
7.2	Потребности и мотивы, природа, структура, классификация, методы изучения	0	3	0	8	11
<b>8</b>	<b>Раздел Психологическое сопровождение в физической культуре и спорте</b>					
8.1	Особенности, этапы и технологии психологического сопровождения занимающихся	2	6	0	10	18
	<b>Итого:</b>	<b>16</b>	<b>32</b>	<b>0</b>	<b>60</b>	<b>108</b>

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ раздела, темы	Разделы и темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
			Всего	в т.ч. в форме практической подготовки		
<b>1</b>	<b>Раздел Предмет психологии физической культуры и спорта</b>					
1.1	Понятие о предмете психологии физической культуры и спорта	0.5	0	0	2	2.5
1.2	Задачи психологической науки в области физической культуры и спорта	0	0.5	0	2	2.5
<b>2</b>	<b>Раздел Психологические закономерности возрастного развития занимающихся</b>					
2.1	Психология развития, основные категории и закономерности развития	0	0	0	4	4
2.2	Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития	0	1	0	6	7
<b>3</b>	<b>Раздел Психологические основы обучения и воспитания в физической культуре и спорте</b>					
3.1	Физическая культура и спорт как деятельность и ее психологическая характеристика, структура и особенности	0.5	0	0	2	2.5
3.2	Двигательная деятельность: произвольные действия и произвольные операции	0	1	0	4	5
3.3	Современное представление о психологической структуре и формированию двигательного действия	0	0	0	6	6
<b>4</b>	<b>Раздел Развитие психических процессов в физической культуре и спорте</b>					
4.1	Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов	0.5	1	0	6	7.5
4.2	Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой и спортом	0	1	0	4	5
4.3	Формирование волевых качеств занимающихся	0	0	0	6	6
<b>5</b>	<b>Раздел Психологические основы формирования личности в физическом воспитании и спорте</b>					
5.1	Понятие, структура и содержание личности	0	0	0	7	7
5.2	Развитие личностных качеств в связи с двигательной деятельностью	0	1	0	7	8
<b>6</b>	<b>Раздел Психологическая характеристика деятельности и личности в физической культуре и спорте</b>					
6.1	Психологическая характеристика личности тренера, специалиста по спорту и индивидуальный стиль деятельности	0	1	0	6	7
6.2	Психологическая структура деятельности тренера	0	0	0	8	8
<b>7</b>	<b>Раздел Мотивация занятий физической культурой и спортом</b>					
7.1	Актуальные проблемы мотивов в процессе физической культуры и спорте	0.5	0	0	6	6.5
7.2	Потребности и мотивы, природа, структура, классификация, методы изучения	0	0.5	0	6	6.5
<b>8</b>	<b>Раздел Психологическое сопровождение в физической культуре и спорте</b>					

8.1	Особенности, этапы и технологии психологического сопровождения занимающихся	0	1	0	16	17
<b>Итого:</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>98</b>	<b>108</b>

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## 5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

### 5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

№ раздела, темы	Содержание
<b>1</b>	<b>Раздел Предмет психологии физической культуры и спорта</b>
	<i>Тема Понятие о предмете психологии физической культуры и спорта</i>
1.1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Психологическая характеристика физической культуры и спорта (предмет, задачи и методы). Единство двух культур: физической и психической. Психологическая составляющая и ее значение в общей культуре человека. Понятие о предмете психологии физического воспитания. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании и ее отличие от спортивной деятельности. История развития психологии физической культуры.
	<i>Тема Задачи психологической науки в области физической культуры и спорта</i>
1.2	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Основные задачи психологии физической культуры и спорта, общепедагогические, специфические задачи их связь и роль в теории и практике, особенности организации в учебно-спортивном процессе обучения и воспитания. <i>Занятие семинарского типа (семинар) 1.</i> Подготовка схемы «Связь психологии физического воспитания и спорта с общей психологией и другими отраслями психологии». Составление таблицы «Связь психологии физического воспитания и спорта с теорией и методикой физического воспитания». Определение методов исследования в психологии физического воспитания.
<b>2</b>	<b>Раздел Психологические закономерности возрастного развития занимающихся</b>
	<i>Тема Психология развития, основные категории и закономерности развития</i>
2.1	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Общее понятие психологии развития, понятие возраст, проблемы возрастной психологии, основные категории и закономерности развития. <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития на разных этапах онтогенеза – составление таблицы психические новообразования, ведущая деятельность, социальная ситуация развития. <i>Самостоятельная работа.</i> Домашнее задание: решение задач «Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития». Подготовка к экзамену.
	<i>Тема Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития</i>
2.2	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Анализ научных подходов в классификации возрастных периодизаций, ведущие факторы, ответственные и зарубежные подходы. <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Изучение возрастных особенностей в условиях физической культуры, решение педагогических ситуаций. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить возрастной портрет психического развития младшего школьника, подростка, старшеклассника и взрослого человека. Подготовка к экзамену.
<b>3</b>	<b>Раздел Психологические основы обучения и воспитания в физической культуре и спорте</b>
	<i>Тема Физическая культура и спорт как деятельность и ее психологическая характеристика, структура и особенности</i>
3.1	<i>Занятие лекционного типа 3.</i> Физическое воспитание и спорт как деятельность и его психологическая характеристика. «Знаемые» и «осознаваемые» мотивы и их роль в физическом воспитании и спорте. <i>Занятие семинарского типа (семинар) 4.</i> Ориентирующая, регулирующая и моделирующая функция сознания в физическом воспитании и спорте.
	<i>Тема Двигательная деятельность: произвольные действия и произвольные операции</i>
3.2	<i>Занятие лекционного типа 3.</i> Современное представление о психологической структуре двигательного действия. Особенности изучения структуры двигательного действия, произвольные, произвольные, механизмы формирования. Ориентирующая и регулирующая функции осознания в овладении двигательными действиями. Этапы формирования двигательного

	действия.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4-5.</i> Структура двигательной деятельности: произвольные действия и произвольные операции мотивы, значения и задача.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Домашнее задание: заполнить таблицу «Ориентирующая, регулирующая и моделирующая функция сознания в физическом воспитании». Подготовка к экзамену.
3.3	<i>Тема Современное представление о психологической структуре и формировании двигательного действия</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Характеристика навыков по особенностям осознания движений, по характеру исполнения действий (составление таблицы).
<b>4</b>	<b>Раздел Развитие психических процессов в физической культуре и спорте</b>
	<i>Тема Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов</i>
4.1	<i>Занятие лекционного типа 4.</i> Развитие психических процессов, двигательных качеств как взаимосвязанный процесс. Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Особенности изучения психического состояния учащихся на уроках и во вне учебное время. Работа с методиками САН, Люшер и др.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Решение задач по теме. Подготовка к экзамену.
	<i>Тема Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой и спортом</i>
4.2	<i>Занятие лекционного типа 4.</i> Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой. Значение общего положительного эмоционального фона для успеха занятий физической культурой.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Формирование воли учащихся как важнейшая задача физического воспитания школьников и молодежи. Диагностика волевых качеств учащихся.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Решение задач по теме. Подготовка к экзамену.
	<i>Тема Формирование воли занимающихся</i>
4.3	<i>Занятие лекционного типа 5.</i> Особенности проявления и развития воли в процессе физической культуры. Понятие воли, волевого усилия.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7.</i> Классификация волевых качеств. Активизация волевой деятельности учащихся. Характеристика основных объективных и субъективных трудностей, возникающих на уроках физической культуры.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Решение задач «Особенности проявления и развития психических процессов, двигательных качеств как взаимосвязанный процесс». Подготовка к экзамену.
<b>5</b>	<b>Раздел Психологические основы формирования личности в физическом воспитании и спорте</b>
	<i>Тема Понятие, структура и содержание личности</i>
5.1	<i>Занятие лекционного типа 5.</i> Решение общевоспитательных задач на занятиях физической культурой. Специфические психологические особенности воспитательных задач на занятиях физкультурой: развитие и поддержание потребности в движении; формирование интересов и мотивов к занятиям физическими упражнениями; поддержание чувства удовлетворенности от двигательной активности, его значение для формирования положительной мотивации и интересов к занятиям физической культурой.
	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 8.</i> Психологические основы самовоспитания. Организация самовоспитания как необходимое условие эффективности занятий физической культурой.
	<i>Тема Развитие личностных качеств в связи с двигательной деятельностью</i>
5.2	<i>Занятие лекционного типа 6.</i> Правила и методы изучения и формирования личностных качеств учащихся.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9.</i> Правила и методы изучения и формирования личностных качеств учащихся.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Решение задач «Учащиеся как субъект деятельности» Подготовка к экзамену.
<b>6</b>	<b>Раздел Психологическая характеристика деятельности и личности в физической культуре и спорте</b>
	<i>Тема Психологическая характеристика личности тренера, специалиста по спорту и индивидуальный стиль деятельности</i>
6.1	<i>Занятие лекционного типа 6.</i> Общие психологические особенности тренера, специалиста по

	<p>спорту. Мотивы, цели и общие требования к педагогической деятельности и личности. Объективные и субъективные трудности в деятельности тренера. Психологическая структура деятельности тренера, специалиста по спорту</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10.</i> Психологические основы педагогического такта. Культура речи, взаимодействие с учениками. Психологическая характеристика личности учителя физической культуры и индивидуальный стиль деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить таблицу «Деятельность и ее виды». Подготовка к экзамену.</p>
6.2	<p><i>Тема Психологическая структура деятельности тренера</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Профессиональное мастерство учителя, тренера.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 11.</i> Контроль сложившихся в классе взаимных требований и оценок, самооценок и самоутверждения личности в коллективе. Способы повышения педагогического мастерства.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить сообщение с презентацией «Психологический портрет учителя ФК» на примере своего школьного опыта. Способности тренера, специалиста по спорту. Подготовка к экзамену.</p>
<b>7</b>	<b>Раздел Мотивация занятий физической культурой и спортом</b>
	<i>Тема Актуальные проблемы мотивов в процессе физической культуры и спорте</i>
7.1	<p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Актуальные проблемы мотивов и мотивации в процессе физической культуры. Пирамида потребностей по А. Маслоу. Влияние социума на становление мотивов деятельности. Роль семьи. Научный подход в исследовании мотивации.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 12.</i> Анализ методов и методик оценки и измерения мотивации, специфика их применения в условиях физической культуры и спорта. Работа с методиками измерения и оценки ценностно-мотивационной сферы занимающихся, анализ учебно-спортивных ситуаций.</p>
7.2	<p><i>Тема Потребности и мотивы, природа, структура, классификация, методы изучения</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 12-13.</i> Особенности исследования мотивации в условиях спортивной подготовки. Методы и методики диагностики мотивации.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить таблицу «Мотивы деятельности физической культуры и спортом с учетом пола и возраста занимающихся». Подготовка к экзамену.</p>
<b>8</b>	<b>Раздел Психологическое сопровождение в физической культуре и спорте</b>
	<i>Тема Особенности, этапы и технологии психологического сопровождения занимающихся</i>
8.1	<p><i>Занятие лекционного типа 8.</i> Понятие психологического сопровождения в спорте, основные разделы работы, этапы реализации. Практика и технологии внедрения на этапе спортивной подготовки. Психологическое сопровождение спортивного соревнования. Роль спортивного психолога.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 14-16.</i> Роль психологического сопровождения спортсменов, основные этапы, разделы психологической подготовки. Методы и методики диагностики. Правила, задачи и методы работы спортивного психолога. Роль и задачи тренера в психологическом сопровождении.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать план психологической работы тренера, спортсмена на этапе спортивной подготовки. Подготовка к экзамену.</p>

### 5.2.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

№ раздела, темы	Содержание
<b>1</b>	<b>Раздел Предмет психологии физической культуры и спорта</b>
	<i>Тема Понятие о предмете психологии физической культуры и спорте</i>
1.1	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Психологическая характеристика физической культуры и спорта (предмет, задачи и методы). Единство двух культур: физической и психической. Психологическая составляющая и ее значение в общей культуре человека. Понятие о предмете психологии физического воспитания. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании и ее отличие от спортивной деятельности. История развития психологии физической культуры.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Конспект тем: Психологическая характеристика физической культуры и спорта (предмет, задачи и методы). Единство двух культур: физической и психической. Психологическая составляющая и ее значение в общей культуре человека. Понятие о предмете психологии физического воспитания. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании и ее отличие от спортивной деятельности. История развития психологии физической культуры.</p>
1.2	<i>Тема Задачи психологической науки в области физической культуры и спорте</i>



	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 1.</i> Подготовка схемы «Связь психологии физического воспитания и спорта с общей психологией и другими отраслями психологии». Составление таблицы «Связь психологии физического воспитания и спорта с теорией и методикой физического воспитания». Определение методов исследования в психологии физического воспитания.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить схемы «Связь психологии физического воспитания и спорта с общей психологией и другими отраслями психологии». Составление таблицы «Связь психологии физического воспитания и спорта с теорией и методикой физического воспитания». Определение методов исследования в психологии физического воспитания.</p>
<b>2</b>	<b>Раздел Психологические закономерности возрастного развития занимающихся</b>
	<i>Тема Психология развития, основные категории и закономерности развития</i>
2.1	<i>Самостоятельная работа.</i> Домашнее задание: решение задач «Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития». Подготовка к экзамену.
	<i>Тема Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития</i>
2.2	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Изучение возрастных особенностей в условиях физической культуры, решение педагогических ситуаций.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить возрастной портрет психического развития младшего школьника, подростка, старшеклассника и взрослого человека. Подготовка к экзамену.</p>
<b>3</b>	<b>Раздел Психологические основы обучения и воспитания в физической культуре и спорте</b>
	<i>Тема Физическая культура и спорт как деятельность и ее психологическая характеристика, структура и особенности</i>
3.1	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Физическое воспитание и спорт как деятельность и его психологическая характеристика. «Знаемые» и «осознаваемые» мотивы и их роль в физическом воспитании и спорте.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Решение практических ситуаций. Подготовка к экзамену.</p>
	<i>Тема Двигательная деятельность: произвольные действия и произвольные операции</i>
3.2	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1-2.</i> Структура двигательной деятельности: произвольные действия и произвольные операции мотивы, значения и задача.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Домашнее задание: заполнить таблицу «Ориентирующая, регулирующая и моделирующая функция сознания в физическом воспитании». Подготовка к экзамену.</p>
3.3	<p><i>Тема Современное представление о психологической структуре и формировании двигательного действия</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Решение практических ситуаций по теме. Подготовка к экзамену</p>
<b>4</b>	<b>Раздел Развитие психических процессов в физической культуре и спорте</b>
	<i>Тема Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов</i>
4.1	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Развитие психических процессов, двигательных качеств как взаимосвязанный процесс. Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Особенности изучения психического состояния учащихся на уроках и во вне учебное время. Работа с методиками САН, Люшер и др.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Решение задач по теме. Подготовка к экзамену.</p>
4.2	<p><i>Тема Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой и спортом</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2-3.</i> Формирование воли занимающихся как важнейшая задача физического воспитания молодежи. Диагностика волевых качеств учащихся.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Решение задач по теме. Подготовка к экзамену.</p>
4.3	<p><i>Тема Формирование воли занимающихся</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Решение задач «Особенности проявления и развития психических процессов, двигательных качеств как взаимосвязанный процесс». Подготовка к экзамену.</p>
<b>5</b>	<b>Раздел Психологические основы формирования личности в физическом воспитании и спорте</b>
5.1	<p><i>Тема Понятие, структура и содержание личности</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Решение практических ситуаций по теме. Подготовка к экзамену.</p>
5.2	<p><i>Тема Развитие личностных качеств в связи с двигательной деятельностью</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Правила и методы изучения и формирования личностных качеств учащихся.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Решение задач «Учащиеся как субъект деятельности» Подготовка к экзамену.</p>
<b>6</b>	<b>Раздел Психологическая характеристика деятельности и личности в физической культуре и спорте</b>

	<i>Тема Психологическая характеристика личности тренера, специалиста по спорту и индивидуальный стиль деятельности</i>
6.1	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3-4.</i> Психологические основы педагогического такта. Культура речи, взаимодействие с учениками. Психологическая характеристика личности учителя физической культуры и индивидуальный стиль деятельности. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить таблицу «Деятельность и ее виды». Подготовка к экзамену.
	<i>Тема Психологическая структура деятельности тренера</i>
6.2	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить сообщение с презентацией «Психологический портрет учителя, тренера» на примере своего опыта. Способности тренера, специалиста по спорту. Подготовка к экзамену.
<b>7</b>	<b>Раздел Мотивация занятий физической культурой и спортом</b>
	<i>Тема Актуальные проблемы мотивов в процессе физической культуры и спорте</i>
7.1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Актуальные проблемы мотивов и мотивации в процессе физической культуры. Пирамида потребностей по А. Маслоу. Влияние социума на становление мотивов деятельности. Роль семьи. Научный подход в исследовании мотивации. <i>Самостоятельная работа.</i> Решение практических ситуаций по теме. Подготовка к экзамену.
	<i>Тема Потребности и мотивы, природа, структура, классификация, методы изучения</i>
7.2	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4</i> Особенности исследования мотивации в условиях спортивной подготовки. Методы и методики диагностики мотивации. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить таблицу «Мотивы деятельности физической культуры и спортом с учетом пола и возраста занимающихся». Подготовка к экзамену.
<b>8</b>	<b>Раздел Психологическое сопровождение в физической культуре и спорте</b>
	<i>Тема Особенности, этапы и технологии психологического сопровождения занимающихся</i>
8.1	<i>Занятие семинарского типа (практические занятия) 4.</i> Роль психологического сопровождения занимающихся, основные этапы, разделы психологической подготовки. Методы и методики диагностики. Правила, задачи и методы работы спортивного психолога. Роль и задачи тренера в психологическом сопровождении. <i>Самостоятельная работа.</i> Разработать план психологической работы тренера, спортсмена на этапе спортивной подготовки. Подготовка к экзамену.

## 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 Рекомендуемая литература

#### 6.1.1 Обязательная литература

1. Бабушкин, Г. Д. Психологическое сопровождение физического воспитания и спорта : учебное пособие / Г. Д. Бабушкин. – Саратов : Вузовское образование, 2020. – 449 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/90578.html>.
2. Бабушкин, Г. Д. Психология спорта высших достижений : учебное пособие для магистрантов / Г. Д. Бабушкин. – Саратов : Вузовское образование, 2020. – 358 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/94211.html>.
3. Бабушкин, Г. Д. Спортивная психология. Психологические методики в системе подготовки спортсменов к соревнованиям : учебное пособие / Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев. – Саратов : Вузовское образование, 2020. – 213 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/88459.html>.
4. Спортивная психология : учебник / Г. Д. Бабушкин, Е. Г. Бабушкин, В. А. Сальников, Е. А. Науменко ; под редакцией Г. Д. Бабушкина. – Саратов : Вузовское образование, 2021. – 400 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/99249.html>.

#### 6.1.2 Дополнительная литература

5. Гогонов Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие для вузов. – 2-е изд. – М.: Академия, 2004. – 224 с. – 35 экз.
6. Психология физической культуры и спорта: учебник для вузов (гриф.) / под ред. А.В. Родионова. – М.: Академия, 2010. . – 368 с. – 27 экз.
7. Серова, Л. К. Психологическая подготовка к соревнованиям в спорте : монография / Л. К. Серова. – Москва : Издательство «Спорт», 2022. – 128 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/119188.html>.
8. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия / сост. И.П. Волкова. – М.: Советский спорт, 2005. – 286 с. – 1 экз.

9. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов: хрестоматия / сост. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 384 с. – 6 экз.

## 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

<i>№ п.п.</i>	<i>Наименование программного продукта</i>
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Astra Linux Special Edition
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
13.	Яндекс Браузер
14.	STDUViewer
15.	Telegram

### 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<i>Электронно-библиотечные системы</i>		<i>Ссылка на ресурс</i>
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС) – лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно-библиотечной деятельности	<a href="http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система IPRbooks	<a href="https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a">https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a</a>
3.	«Сетевая электронная библиотека вузов физкультуры и спорта» (ООО ЭБС «Лань»)	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
4.	Федеральный портал «Российское образование» [электронный ресурс]	<a href="https://edu.ru/">https://edu.ru/</a>

## 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
аудитория № 220 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук.
аудитория № 221 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: проектор, ноутбук, интерактивная доска.
аудитория № 248 учебная аудитория для	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;

<p>проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67</p>	<p>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, акустическая система.</p>
<p>аудитория № 207</p> <p>помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.</p>