

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Демченко Альберт Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 09.06.2026 11:25:48  
Уникальный программный ключ:  
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

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 УВР  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«30» апреля 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Психология физической культуры и спорта (Б1.О.16)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.04 Спорт</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в сложно-координационных зимних видах спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в командных игровых видах спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>Тренер по виду спорта. Преподаватель</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2026</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.пс.н.,  
доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры СГПиЕН

Протокол от «14» апреля 2026 г.  
№19

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от «16» апреля 2026 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 физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	<b>ОПК-1.1 Знает</b> положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки. <b>ОПК-1.2 Умеет</b> планировать содержание занятий физической культурой и спортом.
ОПК-4 Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	<b>ОПК-4.1 Знает</b> средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, содержание психолого-педагогического сопровождения сферы спортивной подготовки и образования. <b>ОПК-4.2 Умеет</b> подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, определять содержание психолого-педагогического сопровождения спортивной подготовки и образования. <b>ОПК-4.3 Владеет</b> методикой развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, методикой психолого-педагогического сопровождения

	спортивной подготовки и образования.
ОПК-6 Способен воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения	<b>ОПК-6.1 Знает</b> основы общей педагогики и психологии, факторы формирования личностных качеств у занимающихся физической культурой и спортом <b>ОПК-6.2 Умеет</b> решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту; проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения
ОПК-8 Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности.	<b>ОПК-8.1 Знает</b> содержание информационного, технического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <b>ОПК-8.2 Умеет</b> определять содержание информационного, технического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <b>ОПК-8.3 Владеет</b> технологией информационного, технического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.
ОПК-12 Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки.	<b>ОПК-12.1 Знает</b> методики контроля и оценки физического развития, технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов и обучающихся. <b>ОПК-12.2 Умеет</b> подбирать методы измерения и оценки физического развития, технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов и обучающихся, интерпретировать результаты контроля. <b>ОПК-12.3 Владеет</b> методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов и обучающихся.
ОПК-14 Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики.	<b>ОПК-14.1 Знает</b> функции участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования и принципы организации их совместной деятельности; особенности профессиональной этики <b>ОПК-14.2 Умеет</b> устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации участников в процессе деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики.

### 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:	108 3	108 3
		<i>в академических часах</i>	
		<i>в зачетных единицах</i>	

### 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, темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	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	0	1
1.2	Задачи психологической науки в области физической культуры и спорте	1	2	0	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	2	5
2.2	Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития	1	2	0	2	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	3	5
3.2	Двигательная деятельность: произвольные действия и произвольные операции	1	2	0	3	6
3.3	Современное представление о психологической структуре и формировании двигательного действия	0	1	0	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	2	4
4.2	Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой и спортом	1	1	0	2	4
4.3	Формирование волевых качеств занимающихся	1	2	0	2	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	0	3
5.2	Развитие личностных качеств в связи с двигательной деятельностью	1	2	0	14	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	6	9
6.2	Психологическая структура деятельности тренера	1	2	0	6	9
<b>7</b>	<b>Раздел Мотивация занятий физической культурой и спортом</b>					
7.1	Актуальные проблемы мотивов в процессе физической культуры и спорте	1	1	0	0	2
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
	Итого:	16	32	0	60	108

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

№ раздела, темы	Разделы, 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 спорте	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 формировании 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>					

	<b>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
	Итого:	2	8	0	98	108

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 спорте</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>
3.1	<i>Тема Физическая культура и спорт как деятельность и ее психологическая характеристика,</i>

	<i>структура и особенности</i>
	<i>Занятие лекционного типа 3. Физическое воспитание и спорт как деятельность и его психологическая характеристика. «Знаемые» и «осознаваемые» мотивы и их роль в физическом воспитании и спорте.</i>
	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 4. Ориентирующая, регулирующая и моделирующая функция сознания в физическом воспитании и спорте.</i>
	<i>Самостоятельная работа: Придумать учебные ситуации-кейсы в физическом воспитании, где очевидно прослеживается влияние психической активности и двигательной активности обучающихся.</i>
	<i>Тема Двигательная деятельность: произвольные действия и произвольные операции</i>
3.2	<i>Занятие лекционного типа 3. 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>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 4-5. Структура двигательной деятельности: произвольные действия и произвольные операции мотивы, значения и задача.</i>
	<i>Самостоятельная работа: Домашнее задание: заполнить таблицу «Ориентирующая, регулирующая и моделирующая функция сознания в физическом воспитании». Подготовка к экзамену.</i>
3.3	<i>Тема Современное представление о психологической структуре и формировании двигательного действия</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5. Характеристика навыков по особенностям осознания движений, по характеру исполнения действий (составление таблицы).</i>
<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. Развитие психических процессов, двигательных качеств как взаимосвязанный процесс. Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов.</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6. Особенности изучения психического состояния учащихся на уроках и во внеучебное время. Работа с методиками САН, Люшер и др.</i>
	<i>Самостоятельная работа: Решение задач по теме. Подготовка к экзамену.</i>
	<i>Тема Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой и спортом</i>
4.2	<i>Занятие лекционного типа 4. Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой. Значение общего положительного эмоционального фона для успеха занятий физической культурой.</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6. Формирование воли учащихся как важнейшая задача физического воспитания школьников и молодежи. Диагностика волевых качеств учащихся.</i>
	<i>Самостоятельная работа: Решение задач по теме. Подготовка к экзамену.</i>
	<i>Тема Формирование волевых качеств занимающихся</i>
4.3	<i>Занятие лекционного типа 5. Особенности проявления и развития воли в процессе физической культуры. Понятие воли, волевого усилия.</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7. Классификация волевых качеств. Активизация волевой деятельности учащихся. Характеристика основных объективных и субъективных трудностей, возникающих на уроках физической культуры.</i>
	<i>Самостоятельная работа: Решение задач «Особенности проявления и развития психических процессов, двигательных качеств как взаимосвязанный процесс». Подготовка к экзамену.</i>
<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. 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>
	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 8. Психологические основы самовоспитания. Организация самовоспитания как необходимое условие эффективности занятий физической культурой.</i>

	<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 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. <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. <i>Самостоятельная работа:</i> Составить таблицу «Деятельность и ее виды». Подготовка к экзамену.
	<i>Тема Психологическая структура деятельности тренера</i>
6.2	<i>Занятие лекционного типа 7.</i> Профессиональное мастерство учителя, тренера. <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. <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.
<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 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. <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.
7.2	<i>Тема Потребности и мотивы, природа, структура, классификация, методы изучения</i> <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 12-13.</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 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. <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. <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать план психологической работы тренера, спортсмена на этапе спортивной подготовки. Подготовка к экзамену.

## 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>
1.1	<p style="text-align: center;"><i>Тема Понятие о предмете психологии физической культуры и спорте</i></p> <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	<p style="text-align: center;"><i>Тема Задачи психологической науки в области физической культуры и спорте</i></p> <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>
2.1	<p style="text-align: center;"><i>Тема Психология развития, основные категории и закономерности развития</i></p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: решение задач «Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития». Подготовка к экзамену.</p>
2.2	<p style="text-align: center;"><i>Тема Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития</i></p> <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>
3.1	<p style="text-align: center;"><i>Тема Физическая культура и спорт как деятельность и ее психологическая характеристика, структура и особенности</i></p> <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>
3.2	<p style="text-align: center;"><i>Тема Двигательная деятельность: произвольные действия и произвольные операции</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 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 style="text-align: center;"><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>
4.1	<p style="text-align: center;"><i>Тема Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов</i></p> <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 внеучебное время. Работа с методиками САН, Люшер и др.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Решение задач по теме. Подготовка к экзамену.</p>

	<i>Тема Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой и спортом</i>
4.2	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 2-3. Формирование воли занимающихся как важнейшая задача физического воспитания молодежи. Диагностика волевых качеств учащихся. Самостоятельная работа: Решение задач по теме. Подготовка к экзамену.</i>
	<i>Тема Формирование волевых качеств занимающихся</i>
4.3	<i>Самостоятельная работа: Решение задач «Особенности проявления и развития психических процессов, двигательных качеств как взаимосвязанный процесс». Подготовка к экзамену.</i>
<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>Самостоятельная работа: Решение практических ситуаций по теме. Подготовка к экзамену.</i>
	<i>Тема Развитие личностных качеств в связи с двигательной деятельностью</i>
5.2	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3. Правила и методы изучения и формирования личностных качеств учащихся. Самостоятельная работа: Решение задач «Учащиеся как субъект деятельности» Подготовка к экзамену.</i>
<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>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3-4. Психологические основы педагогического такта. Культура речи, взаимодействие с учениками. Психологическая характеристика личности учителя физической культуры и индивидуальный стиль деятельности. Самостоятельная работа: Составить таблицу «Деятельность и ее виды». Подготовка к экзамену.</i>
	<i>Тема Психологическая структура деятельности тренера</i>
6.2	<i>Самостоятельная работа: Подготовить сообщение с презентацией «Психологический портрет учителя, тренера» на примере своего опыта. Способности тренера, специалиста по спорту. Подготовка к экзамену.</i>
<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. 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. Самостоятельная работа: Решение практических ситуаций по теме. Подготовка к экзамену.</i>
	<i>Тема Потребности и мотивы, природа, структура, классификация, методы изучения</i>
7.2	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4. Особенности исследования мотивации в условиях спортивной подготовки. Методы и методики диагностики мотивации. Самостоятельная работа: Составить таблицу «Мотивы деятельности физической культуры и спортом с учетом пола и возраста занимающихся». Подготовка к экзамену.</i>
<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 (практическое занятие) 4. 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. Самостоятельная работа: Разработать план психологической работы тренера, спортсмена на этапе спортивной подготовки. Подготовка к экзамену.</i>

## 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. Гогунев 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

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea
9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

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

	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	<a href="https://www.iprbookshop.ru/">https://www.iprbookshop.ru/</a>

## 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся	Оборудование и технические средства обучения
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	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы,

<p>учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67</p>	<p>стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</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>