

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Федор Хайбатович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 05.06.2024 13:17:30  
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.

«25» апреля 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Психологическое сопровождение в спорте высших достижений (Б1.В.03)**

Направление подготовки	49.04.03 Спорт
Направленность (профиль) программы магистратуры	«Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов»
Квалификация выпускника	магистр
Год начала подготовки (по учебному плану)	2024
Форма обучения, семестр	очная: 2 семестр заочная: 1,2 семестр
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	зачетных единиц: 3 часов: 108
Промежуточная аттестация	зачет

Разработчик рабочей программы:

Фролова Н.Ю., к.пс.н., доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры СГПиЕН

Протокол от «16» апреля 2024 г. №13

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от «17» апреля 2024 г. №9

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся системы знаний о психологическом сопровождении спортивной подготовки.

### 1.2 Задачи дисциплины

- познакомить магистрантов с особенностями психологического сопровождения в спорте высших достижений, определяющей результативность спортивной подготовки;
- сформировать навыки толкования и применения приемов и форм психологического сопровождения;
- выработать навыки применения психологического сопровождения с учетом специфики спортивной деятельности для организации эффективной спортивной подготовки.

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Психологическое сопровождение в спорте высших достижений» к части, формируемой участниками образовательных отношений 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 «Психологическое сопровождение в спорте высших достижений» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.	<b>УК-3.1 Знает</b> способы организации работы команды для достижения поставленной цели. <b>УК-3.2 Умеет</b> руководить работой команды для достижения поставленной цели. <b>УК-3.3 Владеет</b> инструментами организации и руководства работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.
ПК-1 Способен осуществлять руководство пополнением и подготовкой спортивных сборных команд.	<b>ПК-1.1 Знает</b> способы разработки системных требований для отбора перспективных спортсменов в спортивные сборные команды. <b>ПК-1.2 Умеет</b> проводить селекцию региональных спортсменов с целью пополнения спортивного резерва. <b>ПК-1.3 Владеет</b> методами отбора и руководства подготовкой спортивной сборной команды.

Профессиональный стандарт 05.003 «Тренер» / ОТФ:  
D Деятельность по спортивной подготовке спортсменов сборной команды Российской Федерации.

## 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		2 семестр	Всего
1	Контактная работа	36	36
1.1	Занятия лекционного типа	12	12
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	24/0	24/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	72	72
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	108	108
		3	3

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		1 семестр	2 семестр	Всего
1	Контактная работа	6	10	16
1.1	Занятия лекционного типа	4	2	6
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	2/0	8/0	10/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	48	44/4	92/4
3	Промежуточная аттестация – зачет	-	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	54	54	108
	<i>в академических часах</i>	1,5	1,5	3
	<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)

№ темы	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			
1	Общая характеристика психологического сопровождения в спорте, психологические особенности спорта высших достижений	2	4	0	12	18
2	Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности	2	4	0	12	18
3	Общая модель психологического сопровождения спорта высших достижений	2	4	0	12	18
4	Особенности психологического сопровождения на разных этапах спортивной деятельности	2	4	0	12	18
5	Основы психодиагностики в спорте	2	4	0	12	18
6	Психопрофилактика и психокоррекция в спорте	2	4	0	12	18
	Итого:	12	24	0	72	108

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

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа	
			всего	в т.ч. в форме практической подготовки		
1 семестр						
1	Общая характеристика психологического сопровождения в спорте, психологические особенности спорта высших достижений	2	0,5	0	2	4,5
2	Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности	2	0,5	0	4	6,5
3	Общая модель психологического сопровождения спорта высших достижений	0	1	0	4	5
4	Особенности психологического сопровождения на разных этапах спортивной деятельности	0	0	0	10	10
5	Основы психодиагностики в спорте	0	0	0	8	8
6	Психопрофилактика и психокоррекция в спорте	0	0	0	20	20
Итого за 1 семестр:		4	2	0	48	54
2 семестр						
2	Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности	0	0	0	4	4
3	Общая модель психологического сопровождения спорта высших достижений	0,5	0	0	6	6,5
4	Особенности психологического сопровождения на разных этапах спортивной деятельности	0,5	2	0	10	12,5
5	Основы психодиагностики в спорте	1	2	0	10	13
6	Психопрофилактика и психокоррекция в спорте	0	4	0	14	18
Итого за 2 семестр:		2	8	0	44	54
Итого:		6	10	0	92	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)

№ темы	Содержание
1	<i>Тема Общая характеристика психологического сопровождения в спорте, психологические особенности спорта высших достижений</i>
	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Общая характеристика психологического сопровождения в спорте, психологические особенности спорта высших достижений. Понятие психологической помощи, система психологической помощи в спорте. От психологической подготовки к психологическому сопровождению.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1-2.</i> Психологические особенности отбора в спорте, психологические особенности тренировочного и соревновательного процесса. Роль спортивного психолога и тренера в психологическом сопровождении.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Составить таблицу «Виды психологической помощи в соревновательной деятельности».
2	<i>Тема Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности</i>
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Психологические факторы становления личности спортсмена. Содержание, структура, внешние и внутренние признаки.

	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3-4.</i> Основные личностные характеристики личности в спорте. Влияние спортивной специализации на личностные проявления в спорте.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Письменная работа: Биография известных спортсменов, с позиции личностного становления и их достижений.</p>
3	<p><i>Тема Общая модель психологического сопровождения спорта высших достижений</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Психологическое сопровождение, содержание, особенности, этапы.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 5-6.</i> Реализация психологического сопровождения с учетом специфики вида спорта, этапа подготовки, спортивной квалификации спортсмена. Роль тренера.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить сообщение по теме «Особенности работы психолога в спортивной команде, научно-практический аспект».</p>
4	<p><i>Тема Особенности психологического сопровождения на разных этапах спортивной деятельности</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Психологическое сопровождение спортсменов на разных этапах спортивной деятельности.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7-8.</i> Анализ различных ситуаций в спортивной практике, оценка деятельности спортсмена и тренера, команды в целом.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Письменная работа: составить программу психологического сопровождения в зависимости от избранного вида спорта.</p>
5	<p><i>Тема Основы психодиагностики в спорте</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Теория и практика применения диагностических процедур, специфика, условия и правила реализации.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 9-10.</i> Эффективные и экспресс методы диагностики в спорте. Работа с методами диагностики, направленными на изучение индивидуально-типологических и личностных особенностей спортсменов.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить презентацию по теме: «Методы и формы диагностического контроля в спортивной практике» (на примере ИВС).</p>
6	<p><i>Тема Психопрофилактика и психокоррекция в спорте</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Особенности применения психопрофилактики и психокоррекции в науке и практике спортивной деятельности.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 11-12.</i> Психопрофилактика и психогигиена спортсменов, роль тренера, психолога. Специфика применения, условия, этапы и формы работы.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составление плана психопрофилактики и психогигиены на своем примере в ИВС.</p>

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

№ темы	Содержание
<i>1 семестр</i>	
1	<p><i>Тема Общая характеристика психологического сопровождения в спорте, психологические особенности спорта высших достижений</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Общая характеристика психологического сопровождения в спорте, психологические особенности спорта высших достижений. Понятие психологической помощи, система психологической помощи в спорте. От психологической подготовки к психологическому сопровождению.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Психологические особенности отбора в спорте, психологические особенности тренировочного и соревновательного процесса. Роль спортивного психолога и тренера в психологическом сопровождении.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить таблицу «Виды психологической помощи в соревновательной деятельности».</p>
2	<p><i>Тема Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Психологические факторы становления личности спортсмена.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Содержание, структура, внешние и внутренние признаки.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить конспект: Основные личностные характеристики личности в спорте. Влияние спортивной специализации на личностные проявления в спорте.</p>
3	<p><i>Тема Общая модель психологического сопровождения спорта высших достижений</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Реализация психологического сопровождения с учетом специфики вида спорта, этапа подготовки, спортивной квалификации спортсмена. Роль тренера.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить сообщение по теме «Особенности работы психолога в спортивной команде, научно-практический аспект».</p>
4	<p><i>Тема Особенности психологического сопровождения на разных этапах спортивной деятельности</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить конспект: Психологическое сопровождение спортсменов на</p>

	разных этапах спортивной деятельности. Анализ различных ситуаций в спортивной практике, оценка деятельности спортсмена и тренера, команды в целом. Письменная работа: составить программу психологического сопровождения в зависимости от избранного вида спорта.
5	<i>Тема Основы психодиагностики в спорте</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить конспект: Работа с методами диагностики, направленными на изучение индивидуально-типологических и личностных особенностей спортсменов. Составить презентацию по теме: «Методы и формы диагностического контроля в спортивной практике» (на примере ИВС).
6	<i>Тема Психопрофилактика и психокоррекция в спорте</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить конспект: Особенности применения психопрофилактики и психокоррекции в науке и практике спортивной деятельности.
<i>2 семестр</i>	
2	<i>Тема Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Письменная работа: Биография известных спортсменов, с позиции личностного становления и их достижений.
3	<i>Тема Общая модель психологического сопровождения спорта высших достижений</i> <i>Занятие лекционного типа 3.</i> Психологическое сопровождение, содержание, особенности, этапы. <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить сообщение по теме «Особенности работы психолога в спортивной команде, научно-практический аспект».
4	<i>Тема Особенности психологического сопровождения на разных этапах спортивной деятельности</i> <i>Занятие лекционного типа 3.</i> Психологическое сопровождение спортсменов на разных этапах спортивной деятельности. <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Анализ различных ситуаций в спортивной практике, оценка деятельности спортсмена и тренера, команды в целом. <i>Самостоятельная работа.</i> Письменная работа: составить программу психологического сопровождения в зависимости от избранного вида спорта.
5	<i>Тема Основы психодиагностики в спорте</i> <i>Занятие лекционного типа 3.</i> Теория и практика применения диагностических процедур, специфика, условия и правила реализации. Эффективные и экспресс методы диагностики в спорте. <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Эффективные и экспресс методы диагностики в спорте. Работа с методами диагностики, направленными на изучение индивидуально-типологических и личностных особенностей спортсменов. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить презентацию по теме: «Методы и формы диагностического контроля в спортивной практике» (на примере ИВС).
6	<i>Тема Психопрофилактика и психокоррекция в спорте</i> <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 4-5.</i> Психопрофилактика и психогигиена спортсменов, роль тренера, психолога. Специфика применения, условия, этапы и формы работы. <i>Самостоятельная работа.</i> Составление плана психопрофилактики и психогигиены на своем примере в ИВС.

## **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. Карлышев В.М., Подгорная Ю.Н. Психология спорта: осмысление реальности: учеб. пособие.- Челябинск : УралГУФК, 2018. – 118 с. – 1 экз.
4. Серова, Л.К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте: учебное пособие / Л. К. Серова. - М : Юрайт, 2017. – 161 с. – 5 экз.

#### **6.1.2 Дополнительная литература**

5. Бабушкин, Г. Д. Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов : учебник / Г. Д. Бабушкин. – Саратов : Вузовское образование, 2020. – 294 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/91118.html>.

6. Ильин, Е. П. Психология спорта : учебное пособие / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 352 с. – 1 экз.
7. 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>.
8. Станиславская, И. Г., Малкина-Пых И.Г. Основные отрасли психологии : учебное пособие. – Часть 3 / Станиславская И. Г., Малкина-Пых И. Г. – Санкт-Петербург, 2011. – 207 с. – URL: [http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=0433\\_osnovnye\\_otrasli\\_psihologii\\_\(chastj\\_1\)\(363-Uh\).pdf&reserved=0433\\_osnovnye\\_otrasli\\_psihologii\\_\(chastj\\_1\)\(363-Uh\)](http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=0433_osnovnye_otrasli_psihologii_(chastj_1)(363-Uh).pdf&reserved=0433_osnovnye_otrasli_psihologii_(chastj_1)(363-Uh)).

## 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.	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)	<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.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	<a href="http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/">http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/</a>
4.	Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс]	<a href="http://bmsi.ru/">http://bmsi.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 № 207	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья,

<p>помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>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>
---	---