

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Демченко Альберт Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 17.06.2026 08:21:56  
Уникальный программный ключ:  
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

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

Колледж Физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе

к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«28» \_\_\_\_\_ 05 \_\_\_\_\_ 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Основы психологии (ОПЦ.02)**

<b>Специальность</b>	<i>49.02.01 Физическая культура (на базе основного общего образования)</i>
<b>Направленность программы</b>	<i>«Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>Педагог по физической культуре и спорту</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2026</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 3 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>часов: 72</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачёт с оценкой</i>

Разработчик рабочей программы:

\_\_\_\_\_  
Пархоменко В.В., преподаватель

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОПЦ.02 Основы психологии является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Дисциплина участвует в формировании следующих общих компетенций:

- ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
- ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.
- ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

### 1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код компетенции	Умения	Знания
ОК 01. ОК 02. ОК 09.	- применять знания психологии при решении педагогических задач; - выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально типологические и личностные особенности.	- предмет, задачи и методы психологии; - развитие психологии как науки; - психика и ее развитие; - сознание и самосознание; - деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; - познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; - эмоционально-волевые процессы; - индивидуально-психологические особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности; - человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность; - структура личности; - формирование личности.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№	Виды учебной деятельности	Объем учебных занятий	
		3 сем.	Всего
1	Учебные занятия	50	50
1.1	Лекции	20	20

1.2	Практические занятия, лабораторное занятие, семинары / в т.ч. в форме практической подготовки	30/-	30/-
2	Самостоятельная работа / в том числе выполнение курсового проекта (работы), подготовка к промежуточной аттестации	22/-	22/-
3	Промежуточная аттестация – зачет с оценкой	+	+
4	Всего академических часов	72	72

## 2.2. Тематический план и содержание дисциплины

### 2.2.1. Тематический план

№ раздела и темы	Наименование разделов и тем дисциплины	Виды учебной деятельности в часах				Всего академических часов
		Лекции	Учебные занятия		Самостоятельная работа	
			всего	Практические занятия, лабораторные занятия, семинары		
<b>Раздел 1. Раздел 1. Введение в психологию</b>		<b>6</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>12</b>
1.1	Предмет и задачи психологии. Методы изучения психики.	2	-	-	2	4
1.2	Психика и ее развитие. Сознание человека	2	-	-	2	4
1.3	Деятельность.	2	2	-	-	4
<b>Раздел 2. Познавательные психические процессы</b>		<b>8</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>12</b>	<b>36</b>
2.1	Ощущения. Восприятие.	2	6	-	4	12
2.2	Внимание.	2	2	-	-	4
2.3	Память. Воображение.	2	4	-	4	10
2.4	Мышление. Речь.	2	4	-	4	10
<b>Раздел 3. Личность. Индивидуальные особенности личности</b>		<b>6</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	<b>24</b>
3.1	Человек как субъект, личность и индивидуальность. Эмоционально-волевая сфера личности.	2	6	-	4	12
3.2	Темперамент. Характер.	2	4	-	2	8
3.3	Способности.	2	2	-	-	4
Всего академических часов		<b>20</b>	<b>30</b>	<b>-</b>	<b>22</b>	<b>72</b>

### 2.2.2. Содержание дисциплины

№ темы	Содержание учебного материала
<i>Раздел 1. Введение в психологию</i>	
1.1	<i>Тема Предмет и задачи психологии. Методы изучения психики</i>
	<i>Лекция 1. Предмет и задачи психологии как науки. Сравнительная характеристика научной и житейской психологии. Отрасли психологии. Связь психологии с другими науками. Связь психологии с педагогической наукой и</i>

	<p>практикой. Понятие о методе научного познания в психологии. Методы психологии на разных этапах ее развития: метод интроспекции, объективные методы, психоанализ, методы психологической помощи.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить таблицу по основным методам психологических исследований (Классификация Б.Г. Ананьева).</p>
1.2	<p><i>Тема Психика и ее развитие. Сознание человека</i></p> <p><i>Лекция 2.</i> Понятие о психике. Возникновение и развитие психики. Гипотеза А. Н. Леонтьева о чувствительности. Эволюция психики. Основные стадии развития психики животных. Общее представление о формах поведения: инстинкт, научение, навык, интеллект. Физиологические основы психики человека. Сознание как высшая форма отражения человеком действительности. Структура сознания. Культурно-историческая концепция развития психики человека. Понятие высшей психической функции. Основные источники развития высших психических функций у человека.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить таблицу «Сравнение психики человека и животных»</p>
1.3	<p><i>Тема Деятельность</i></p> <p><i>Лекция 3.</i> Основные понятия психологической теории деятельности. Макроструктура деятельности. Соотношение внешней и внутренней деятельности. Освоение деятельности.</p> <p><i>Практическое занятие 1.</i> Решение психологических задач по теме «Деятельность»</p>
<i>Раздел 2. Познавательные психические процессы</i>	
2.1	<p><i>Тема Ощущения. Восприятие</i></p> <p><i>Лекция 4.</i> Понятие об ощущениях, функции ощущений. Физиологические механизмы ощущений. Классификация видов ощущений. Основные свойства ощущений: (чувствительность, адаптация, контраст ощущений, сенсбилизация, синестезия). Классификация видов восприятия. Понятие о восприятии, свойства восприятия: предметность, целостность, константность и осмысленность восприятия. Зависимость восприятия от характера деятельности. Роль моторных компонентов в восприятии.</p> <p><i>Практическое занятие 2.</i> Исследование роли ощущений в познавательной деятельности человека.</p> <p><i>Практическое занятие 3.</i> Исследование взаимодействий ощущений и компенсаторных возможностей ощущений</p> <p><i>Практическое занятие 4.</i> Иллюзии зрительного восприятия</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Решение психологических задач по теме «Восприятие». Решение психологических задач по теме «Ощущение»</p>
2.2	<p><i>Тема Внимание</i></p> <p><i>Лекция 5.</i> Виды внимания. Непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Развитие внимания. Понятие о внимании, функции внимания. Свойства внимания: устойчивость, объем внимания, переключение, сосредоточенность, распределение внимания. Рассеянность и ее виды.</p> <p><i>Практическое занятие 5.</i> Изучение свойств внимания по результатам диагностического исследования.</p>
2.3	<p><i>Тема Память. Воображение</i></p> <p><i>Лекция 6.</i> Воображение и творчество. Понятие о креативности. Развитие воображения.</p> <p>Понятие о воображении, функции воображения. Виды воображения. Приемы воображения. Определение и общая характеристика памяти. Понятие об ассоциациях, виды ассоциаций. Процессы памяти. Свойства и виды памяти.</p>

	<i>Практическое занятие 6.</i> Исследование индивидуальных особенностей памяти. Развитие памяти. Мнемотехника. Решение психологических задач по теме «Память»
	<i>Практическое занятие 7.</i> Решение психологических задач по теме «Воображение».
	<i>Самостоятельная работа:</i> Исследование индивидуальных особенностей воображения. Исследование творческого воображения.
2.4	<i>Тема Мышление. Речь.</i>
	<i>Лекция 7.</i> Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Виды мышления. Предметно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление. Развитие мышления. Операции мышления. Речь и ее функции. Речь как средство общения (коммуникация) и обобщения (мышления). Отличие речи от языка. Значение и смысл. Развитие речи
	<i>Практическое занятие 8.</i> Исследование особенностей мышления на основе результатов диагностического исследования.
	<i>Практическое занятие 9.</i> Решение психологических задач по теме «Речь» и «Мышление»
	<i>Самостоятельная работа:</i> Изучение форм мышления: понятие, суждение, умозаключение и процесса решения мыслительных задач. Изучение соотношения мышления и речи. Представление о внутренней речи, ее структура и значение. Эгоцентрическая речь.
<i>Раздел 3. Личность. Индивидуальные особенности личности.</i>	
	<i>Тема Человек как субъект, личность и индивидуальность. Эмоционально-волевая сфера личности</i>
3.1	<i>Лекция 8.</i> Понятия «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект», их соотношение. Понятие о человеке как субъекте и личности. Структура личности. Самосознание личности. Общая характеристика эмоций. Физиологическая основа эмоций. Функции и виды эмоций. Высшие чувства. Развитие эмоций. Воля: понятие, значение. Структура волевого акта.
	<i>Практическое занятие 10.</i> Решение психологических задач по теме «Личность» и «Эмоционально-волевая сфера личности»
	<i>Практическое занятие 11.</i> Психологические состояния и их регуляция.
	<i>Практическое занятие 12.</i> Исследование волевых качеств личности.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Изучение Я-концепции и подготовка презентации по механизмам психологической защиты. Изучение мотивации и волевой активности и составления конспекта по волевым качествам человека и их развитие.
	<i>Тема Темперамент. Характер.</i>
3.2	<i>Лекция 9.</i> Понятие о темпераменте. Физиологические основы и психологические характеристики темперамента. Понятие о характере. Соотношение темперамента и характера. Формирование характера.
	<i>Практическое занятие 13.</i> Исследование типов темперамента. Решение психологических задач по теме «Темперамент»
	<i>Практическое занятие 14.</i> Исследование типа характера на основе самодиагностики. Решение психологических задач по теме «Характер»
	<i>Самостоятельная работа:</i> Изучение типологии темперамента и характера.
	<i>Тема Способности.</i>
3.3	<i>Лекция 10.</i> Понятие о способностях. Задатки и способности. Врожденное и приобретенное. Виды способностей. Развитие способностей.
	<i>Практическое занятие 15.</i> Исследование творческих способностей. Решение психологических задач по теме «Способности»

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Реализация программы дисциплины проводится в следующих специальных помещениях:

Специальные помещения для проведения занятий всех видов и помещения для организации самостоятельной работы	Оборудование и технические средства обучения
аудитория № 248 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	Специализированная мебель (мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя); технические средства обучения (экран, проектор, ноутбук, акустическая система)
аудитория № 256 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	Специализированная мебель (мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя); технические средства обучения (экран, проектор, ноутбук)
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

##### 3.2.1. Обязательные печатные издания

1. Милорадова, Н. Г. Психология: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Г. Милорадова. — Москва: Юрайт, 2022. — 225с.

##### 3.2.2. Электронные издания

1. Бороздина, Г. В. Основы педагогики и психологии : учебник для среднего профессионального образования / Г. В. Бороздина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 477 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6288-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561225>

2. Иванников, В. А. Психология: учебник для среднего профессионального образования / В. А. Иванников. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 480 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-5915-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561072>

3. Козловская, Т. Н. Психология: учебное пособие для СПО / Т. Н. Козловская, А. А. Кириенко, Е. В. Назаренко. — Саратов : Профобразование, 2020. — элект. ресурс ЭБС «IPRSMART»

4. Константинов, В. В. Методологические основы психологии: учебник для вузов / В. В. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 199 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07765-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562987>

5. Резепов, И. Ш. Общая психология: учебное пособие для СПО / И. Ш. Резепов, А. С. Гаврилова. — Саратов: Профобразование, 2018. — элект. ресурс ЭБС «IPRSMART»

6. Феоктистова, С. В. Психология: учебник для среднего профессионального образования / С. В. Феоктистова, Т. Ю. Маринова, Н. Н. Васильева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 234 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07451-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564083>

### 3.3 Перечень лицензионного 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 8.1 Pro
4.	Операционная система Windows Server 2008 R2 Standard
5.	Операционная система Windows Server 2012 R2
6.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
7.	1С Университет ПРОФ
8.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
9.	Kaspersky Endpoint Security 14
10.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
11.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
12.	Astra Linux Special Edition
13.	Adobe Design Premium CS5.5
14.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
15.	Яндекс Браузер
16.	Kinovea
17.	PDF24 11.23
18.	Telegram

### 3.4 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://bibl.chgafkis.ru:8080/marcweb2/Default.asp">http://bibl.chgafkis.ru:8080/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система IPRsmart	<a href="https://www.iprbookshop.ru/">https://www.iprbookshop.ru/</a>
3.	Образовательная платформа «Юрайт» [электронный ресурс]	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень умений, осваиваемых рамках дисциплины:</i>	– использование знаний психологии при решении	– оценка результатов

<p>– применять знания общей психологии при решении психологических задач;</p> <p>- выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности</p> <p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <p>– предмет, задачи и методы психологии;</p> <p>– развитие психологии как науки;</p> <p>– психика и ее развитие;</p> <p>– сознание и самосознание;</p> <p>– деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности;</p> <p>– познавательные психические процессы: ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение;</p> <p>– человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность, структура личности;</p> <p>– самосознание, Я-концепция; направленность личности;</p> <p>– эмоции, чувства, воля, темперамент;</p> <p>– индивидуально-типологические особенности человека: характер, задатки, способности.</p>	<p>психологических задач;</p> <p>поиск, выбор и применение методик для определения индивидуальных особенностей познавательной сферы, индивидуально-типологических и личностных особенностей.</p> <p>– знание предмета, задач и методов психологии как науки; этапов развития психологии как науки;</p> <p>– понимание возникновения и развития психики, сравнение психики животных и человека;</p> <p>– понимание сознания как формы отражения человеком действительности</p> <p>– знание понятия деятельность, структуры деятельности, видов деятельности;</p> <p>– анализ закономерностей формирования различных видов деятельности;</p> <p>– знание понятия, видов различных познавательных психических процессов;</p> <p>– понимание значения познавательных психических процессов в жизни человека;</p> <p>– сравнение познавательных психических процессов;</p> <p>– знание проекций человека в психологии (человек, как индивид, субъект, личность, индивидуальность), структуры личности;</p> <p>– знание самосознания, структуры самосознания, направленности личности, понимание Я-концепции;</p> <p>– оценка механизмов психологической защиты личности;</p> <p>– понимание значения эмоций, чувств и воли в жизни человека;</p> <p>– знание основных типов темперамента;</p> <p>– понимание значения темперамента в жизни человека, оценка влияния типа темперамента на деятельность человека;</p> <p>– знание индивидуально-типологических особенностей</p>	<p>выполнения практической работы;</p> <p>– анализ и оценка решения тестовых заданий;</p> <p>– анализ и оценка решения ситуационных задач;</p> <p>– анализ и оценка презентации по выбранной теме</p>
--	--	---

	человека (характер, задатки, способности); – понимание значения их в жизни человека, оценка влияния характера и способностей на деятельность человека.	
--	---	--