

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Демченко Альберт Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 17.06.2026 09:09:49  
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)**  
**Психология (ОПЦ.06)**

<b>Специальность</b>	49.02.03 Спорт (на базе основного общего образования)
<b>Направленность программы</b>	
<b>Квалификация выпускника</b>	Тренер по виду спорта
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	2026
<b>Форма обучения, семестр</b>	очная: 3 семестр
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	часов: 72
<b>Промежуточная аттестация</b>	зачет с оценкой

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.06 Психология является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.03 Спорт.

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.	<ul style="list-style-type: none"><li>- применять знания по психологии при решении педагогических задач;</li><li>- выявлять индивидуальные и типологические особенности занимающихся;</li><li>- использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей занимающихся;</li><li>- составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;</li><li>- основы психологии личности;</li><li>- закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;</li><li>- возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>- психологическое значение возрастнополовых факторов в физической культуре и спорте;</li><li>- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;</li><li>- групповую динамику;</li><li>- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;</li><li>- основы психологии творчества;</li><li>- психологические основы развития</li></ul>

## 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	64	64
1.1	Лекции	24	24
1.2	Практические занятия, лабораторное занятие, семинары / в т.ч. в форме практической подготовки	40/-	40/-
2	Самостоятельная работа / в том числе выполнение курсового проекта (работы), подготовка к промежуточной аттестации	8/-	8/-
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	
			Практические занятия, лабораторные занятия, семинары	в т. ч. в форме практической подготовки		
<b>Раздел 1. Общая психология</b>		<b>18</b>	<b>36</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>62</b>
1.1	Психология как научная дисциплина	1	2	-	2	5
1.2	Сознание как высшая ступень развития психики	1	2	-	2	5
1.3	Человек как предмет познания	2	-	-	-	2
1.4	Ощущение и восприятие	2	2	-	-	4
1.5	Внимание. Память. Представление	2	6	-	-	8
1.6	Мышление. Воображение. Речь	2	6	-	-	8
1.7	Эмоции и чувства. Воля	1	4	-	3	8
1.8	Психические состояния	1	4	-	1	6
1.9	Темперамент и характер	2	4	-	-	6
1.10	Мотивация и деятельность	2	4	-	-	6
1.11	Способности	2	2	-	-	4
<b>Раздел 2. Основы психодидактики</b>		<b>6</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
2.1	Возрастные периоды развития человека	2	-	-	-	2
2.2	Обучающийся как субъект образовательного процесса	2	2	-	-	4
2.3	Психология межличностных отношений	2	2	-	-	4

субъектов образовательного процесса					
<b>Всего академических часов</b>	<b>24</b>	<b>40</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>72</b>

### 2.2.2 Содержание дисциплины

<i>№ темы</i>	<i>Содержание учебного материала</i>
<i>Раздел 1. Общая психология</i>	
1.1	<i>Тема Психология как научная дисциплина.</i>
	<i>Лекция 1. Объект, предмет, принципы, функции, задачи общей психологии. Связь психологии с педагогикой и практикой.</i>
	<i>Практическое занятие 1. Составить таблицу различий предмета исследования следующих психологических школ: бихевиоризма, гештальтпсихологии и психоанализа.</i>
	<i>Самостоятельная работа: Выбрать одну из отраслей психологии и сделать презентацию. Составить таблицу по взаимодействию сознания и подсознания. Изучить литературы по теме самосознание.</i>
1.2	<i>Тема Сознание как высшая ступень развития психики.</i>
	<i>Лекция 1. Мозг и психика. Психические явления: психические свойства, психические процессы, психические состояния. Структура сознания: сознание как высшая ступень развития психики.</i>
	<i>Практическое занятие 2. Решение психологических задач по теме сознание</i>
	<i>Самостоятельная работа: Выбрать одну из отраслей психологии и сделать презентацию. Составить таблицу по взаимодействию сознания и подсознания. Изучить литературы по теме самосознание.</i>
1.3	<i>Тема Человек как предмет познания</i>
	<i>Лекция 2. Человек как индивид, личность, индивидуальность, субъект. Личность и ее структура. Социализация личности. Психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</i>
1.4	<i>Тема Ощущение и восприятие</i>
	<i>Лекция 3. Ощущение: понятие, виды, основные свойства и характеристики, сенсорная адаптация и взаимодействие ощущений. Развитие ощущений. Восприятие: понятие, физиологические основы восприятия, свойства и виды. Восприятие пространства, движения и времени. Индивидуальные различия в восприятии и его развитие у детей.</i>
	<i>Роль ощущений и восприятия в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.</i>
	<i>Практическое занятие 3. Решение психологических задач по теме «Восприятие»</i>
1.5	<i>Тема Внимание. Память. Представление</i>
	<i>Лекция 4. Внимание: понятие, общая характеристика, виды, свойства, индивидуальные особенности. Развитие внимания. Память: понятие, общая характеристика, виды, основные процессы и механизмы памяти, индивидуальные особенности. Развитие памяти. Представление: понятие, основные характеристики, виды, индивидуальные особенности и его развитие.</i>
	<i>Первичные образы памяти и персеверирующие образы.</i>
	<i>Роль представлений в управлении движениями. Идеомоторная тренировка (суть, цели, принципы). Роль внимания, памяти, представлений в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.</i>
	<i>Практическое занятие 4. Составление практических рекомендаций по развитию внимания и памяти личности». Сравнительное исследование</i>

	<p>непосредственного и опосредованного запоминания отвлеченных понятий</p> <p><i>Практическое занятие 5.</i> Исследование объема кратковременной памяти. Исследование преобладающего типа запоминания.</p> <p><i>Практическое занятие 6.</i> Исследование избирательности, переключения и концентрации внимания.</p>
1.6	<p><i>Тема Мышление. Воображение. Речь</i></p> <p><i>Лекция 5.</i> Мышление: понятие, основные виды и формы мышления. Творческое мышление. Развитие мышления. Тактическое мышление в спортивной деятельности.</p> <p>Воображение: понятие, общая характеристика, виды, механизмы переработки представлений в воображаемые образы. Развитие воображения. Речь: понятие, физиологические основы и проблемы возникновения речи. Виды речи. Стадии и развитие речи у ребенка. Роль мышления, воображения, речи в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.</p> <p><i>Практическое занятие 7.</i> «Диагностика развития словесно-логического мышления (тест Р. Кеттела). Диагностика умственной работоспособности (тест Э. Крепелина).</p> <p><i>Практическое занятие 8.</i> Исследование аналитичности и рефлексивности мышления.</p> <p><i>Практическое занятие 9.</i> Исследование индивидуальных особенностей воображения. Исследование творческого воображения.</p>
1.7	<p><i>Тема Эмоции и чувства. Воля.</i></p> <p><i>Лекция 6.</i> Эмоции и чувства: понятие, общая характеристика, виды. Физиологические основы и психологические теории эмоций. Воля: понятие, общая характеристика волевых действий. Физиологические и мотивационные аспекты волевых действий. Структура волевого действия. Волевые качества человека и их развитие. Возрастные и индивидуальные особенности развития эмоций, чувств, воли.</p> <p><i>Практическое занятие 10.</i> «Диагностика эмоциональных состояний личности (тест А. Уэссмана, Д. Рикса). Диагностика волевого потенциала личности (тест Н. Обозова). Разработка практических рекомендаций по развитию эмоционально-волевой сферы личности в спортивной деятельности».</p> <p><i>Практическое занятие 11.</i> Исследование импульсивности (опросник В.А. Лосенкова)</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить конспект по теме развитие и выражение эмоций и чувств. Подготовить презентацию: Роль эмоций, чувств, воли в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.</p>
1.8	<p><i>Тема Психические состояния</i></p> <p><i>Лекция 6</i> Понятие психических состояний. Виды, классификация, характеристика. Эмоциональный стресс: понятие, структура, последствия стресса. Технологии психологической диагностики, коррекции, снятия эмоциональных стрессов.</p> <p><i>Практическое занятие 12.</i> Определение ситуативной и личностной тревожности (опросник Спилбергера). Составить таблицу соотношения названия чувств с их группами.</p> <p><i>Практическое занятие 13.</i> «Диагностика стрессоустойчивости личности (тест С. Коухена, Г. Виллиансона). Экспресс-диагностика уровня личностной фрустрации (В.В. Бойко). Разработка практических рекомендаций по коррекции и снятию эмоциональных стрессов личности».</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Выбрать и подготовить презентацию по одному из механизмов психологической защиты.</p>

	<p><i>Тема Темперамент и характер</i></p> <p><i>Лекция 7.</i> Понятие темперамента, характера. Физиологические основы темперамента.</p> <p>Психологические характеристики темперамента и особенности деятельности личности.</p> <p>1.9 Связь характера с темпераментом. Акцентуации характера. Формирование характера.</p> <p><i>Практическое занятие 14.</i> «Определение типа темперамента (тест Г. Айзенка «ЕРІ»)). «Диагностика акцентуаций характера (тест К. Леонгарда)».</p> <p><i>Практическое занятие 15.</i> Наблюдение за внешним проявлением темперамента. Исследование характерологических тенденций.</p>
	<p><i>Тема Мотивация и деятельность</i></p> <p>1.10 <i>Лекция 8.</i> Понятие о мотиве, мотивации, направленности личности. Понятие потребности. Структура потребностей по А. Маслоу. Понятие деятельности. Структура деятельности. Характеристика основных видов деятельности (общение, игра, учение, труд). Учебная деятельность. Психологическая структура учебной деятельности. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте. Механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p><i>Практическое занятие 16.</i> Диагностика мотивации достижения (тест А. Мехрабиан).</p> <p><i>Практическое занятие 17.</i> Мотивация и деятельность: Диагностика степени удовлетворенности потребностей (тест Пирамида А. Маслоу). Исследование академической мотивации (Шкала академической мотивации Т.О. Гордеевой, О.А. Сычева, Е.Н. Осина)</p>
	<p><i>Тема Способности</i></p> <p>1.11 <i>Лекция 9.</i> Понятие способностей. Общая характеристика. Уровни развития способностей и индивидуальные различия. Классификация и структура способностей.</p> <p>Врожденное и приобретенное в способностях. Формирование и развитие способностей. Основы психологии творчества. Роль способностей в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.</p> <p><i>Практическое занятие 18.</i> «Психологическая оценка организаторских способностей личности в рамках организуемой группы (тест Л.И. Уманского с соавторами)».</p>
<i>Раздел 2. Основы психодидактики</i>	
	<p><i>Тема Возрастные периоды развития человека</i></p> <p>2.1 <i>Лекция 10.</i> Периодизация возрастного развития. Понятие развития. Понятие возраста. Соотношение хронологического и психологического возраста. Период раннего детства. Период дошкольного детства. Школьный и юношеский период. Акмеологический период развития – период взрослости. Геронтогенез. Потенциалы возрастного развития. Понятие кризиса, зоны ближайшего развития (по Л.С. Выготскому). Понятие ведущего вида деятельности (по Д.Б. Эльконину).</p>
	<p><i>Тема Обучающийся как субъект образовательного процесса</i></p> <p>2.2 <i>Лекция 11.</i> Обучающийся как субъект образовательного процесса. Обучаемость и ее критерии. Индикаторы индивидуальных особенностей траектории жизни, их девиации у обучающихся. Социальная и школьная дезадаптация, девиантное поведение: понятие, причины, психологические основы предупреждения и коррекции. Психологическая готовность к школе как фактор школьной дезадаптации. Девиантное поведение, работа с обучающимися «группы риска».</p>

	<p>Основы психодиагностики и основные признаки отклонения в развитии обучающихся. Одаренные обучающиеся. Развитие одаренности обучающихся.</p> <p><i>Практическое занятие 19</i> «Определение склонности личности к отклоняющемуся поведению (тест А.Н. Орел). Экспертная диагностика социально-педагогической запущенности детей (тест Р.В. Овчаровой)».</p>
2.3	<p><i>Тема Психология межличностных отношений субъектов образовательного процесса</i></p> <p><i>Лекция 12.</i> Особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте. Закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологические особенности. Закономерности развития детских и подростковых сообществ. Групповая динамика. Основные методы воздействия СМИ на личность и группу. Закономерности общения и поведения в социальных сетях.</p> <p><i>Практическое занятие 20.</i> СМИ (средства массовой информации): виды и основные функции.</p>

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<p><i>Специальные помещения для проведения занятий всех видов и помещения для организации самостоятельной работы</i></p>	<p><i>Оборудование и технические средства обучения</i></p>
<p>аудитория № 248 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>Специализированная мебель (мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя); технические средства обучения (экран, проектор, ноутбук, акустическая система)</p>
<p>аудитория № 256 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>Специализированная мебель (мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя); технические средства обучения (экран, проектор, ноутбук)</p>
<p>аудитория № 207 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>

#### 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. Козловская, Т. Н. Психология: учебное пособие для СПО / Т. Н. Козловская, А. А. Кириенко, Е. В. Назаренко. — Саратов: Профобразование, 2020.
3. Резепов, И. Ш. Общая психология: учебное пособие для СПО / И. Ш. Резепов, А. С. Гаврилова. — Саратов: Профобразование, 2018.
4. 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

<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 8.1 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.	ABBYY 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.	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 в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;</li> <li>- основы психологии личности; закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;</li> <li>- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;</li> <li>- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;</li> <li>- основы психологии творчества;</li> <li>- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- называет особенности психологии как науки, определяет ее связь с педагогической наукой и практикой;</li> <li>- определяет и описывает индивидуально-психологические особенности личности;</li> <li>- описывает возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся с учётом возрастной периодизации;</li> <li>- понимает психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;</li> <li>- называет особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;</li> <li>- определяет понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;</li> <li>- раскрывает основы психологии творчества;</li> <li>- объясняет психологические особенности развития индивидуальности и личности в процессе</li> </ul>	<p>Тест, письменный ответ, доклад, сообщение, контрольная работа, кейсы, практико-ориентированные задания, эссе, зачет с оценкой.</p>

	<p>физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- описывает механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul>	
<p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- применять знания по психологии при решении педагогических задач;</li> <li>- выявлять индивидуальные и типологические особенности занимающихся;</li> <li>- использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применяет знания по психологии с учётом конкретной педагогической задачи;</li> <li>- выявляет индивидуальные и типологические особенности занимающихся, подбирая соответствующие методики;</li> <li>- использует стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- составляет психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося</li> </ul>	<p>зачет с оценкой</p>