

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демченко А.В.Борис Михайлович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 09.06.2026 11:31:47
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

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)	2026
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 «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 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.	УК-3.1 Знает способы организации работы команды для достижения поставленной цели. УК-3.2 Умеет руководить работой команды для достижения поставленной цели. УК-3.3 Владеет инструментами организации и руководства работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.
ПК-1 Способен осуществлять руководство пополнением и подготовкой спортивных сборных команд.	ПК-1.1 Знает способы разработки системных требований для отбора перспективных спортсменов в спортивные сборные команды. ПК-1.2 Умеет проводить селекцию региональных спортсменов с целью пополнения спортивного резерва. ПК-1.3 Владеет 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>			
	<i>в зачетных единицах</i>	1,5	1,5	3

4 Фонд оценочных средств

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

5 Структура и содержание дисциплины

5.1 Модульный тематический план

5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ 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
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
		всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
I 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>
	<i>Тема Общая характеристика психологического сопровождения в спорте, психологические особенности спорта высших достижений</i>
1	<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>
	<i>Тема Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности</i>
2	<p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Психологические факторы становления личности спортсмена.</p> <p><i>Занятия 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>
	<i>Тема Общая модель психологического сопровождения спорта высших достижений</i>
3	<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.	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)	http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	https://www.iprbookshop.ru/
3.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/
4.	Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс]	http://bmsi.ru/

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 № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся	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

г. Чайковский,
ул. Ленина, д.67.

электронную информационно-образовательную среду Академии.