

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования города Москвы  
«Московский государственный университет спорта и туризма»  
(ГАОУ ВО МГУСиТ)

СОГЛАСОВАНО

Первый проректор

Н.Л. Ткаченко  
«29» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор института спортивных  
технологий и физического воспитания

А.Л. Волобуев  
«29» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.01.09 Психология личности спортсмена и тренера**

направление подготовки: 37.03.01 Психология  
направленность (профиль): Спортивная психология

Форма обучения	очно-заочная
Общая трудоемкость (в акад. часах / ЗЕ)	216 час. / 6 ЗЕ
Курс	IV
Учебный семестр	7
Форма промежуточной аттестации	экзамен

Москва, 2022


Настоящая рабочая программа учебной дисциплины устанавливает требования к результатам обучения студента и определяет содержание и виды учебных занятий и отчетности.

Рабочая программа дисциплины (РПД) «Психология личности спортсмена и тренера» (2022 год набора) составлена на основании ФГОС высшего образования 37.03.01 Психология, утвержденного Приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 29 июля 2020 г. N 839 (с изменениями от 26.11.2020)., основной профессиональной образовательной программы и учебного плана ГАОУ ВО МГУСиТ по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) Спортивная психология.

Программа предназначена для преподавателей, ведущих дисциплину, и студентов, обучающихся по направлению подготовки 37.03.01 Психология


### Разработчики рабочей программы:

Доцент кафедры психологии,  
кандидат психологических наук

  
«29» 08 2022 г.

Уляева Л.Г.

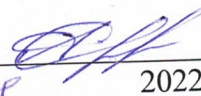
Доцент кафедры психологии,  
кандидат педагогических наук

  
«29» 08 2022 г.

Уляева Г.Г.

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры психологии «29» августа 2022 г., протокол № 1.

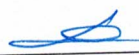
Заведующий кафедрой психологии,  
кандидат педагогических наук

  
«29» 08 2022 г.

Соловьёва А.В.

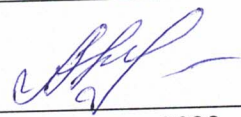
### СОГЛАСОВАНО:

Начальник отдела методического  
обеспечения и контроля качества  
образовательного процесса

  
«29» 08 2022 г.

Федорова О.В.

Специалист по УМР отдела  
методического обеспечения и  
контроля качества  
образовательного процесса

  
«29» 08 2022 г.

Аверьянова Е.В.

## 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель:** сформировать представления обучающихся о развитии и проявлениях разноуровневых свойств личности в спортивной деятельности и навыках диагностики спортивно важных качеств.

**Задачи,** решаемые в процессе преподавания учебной дисциплины:

1. Формирование знаний по теории, истории и методам исследования личностных свойств у спортсменов;
2. Формирование умения диагностировать выраженность личностных свойств у спортсменов;
3. Формирование навыка анализа профессиональной карьеры спортивного тренера, оказания психологической консультации по планированию профессионального роста и повышению эффективности деятельности спортивного тренера.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.01.09 Психология личности спортсмена и тренера изучается обучающимися в рамках первого модуля Б1.О.02 Организационно-управленческого модуля обязательной/базовой части ОПОП ВО на протяжении 3 учебного семестра и завершается промежуточной аттестацией в форме зачета с оценкой

Изучение дисциплины Психология личности спортсмена и тренера осуществляется на основе логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами Общепрофессионального теоретического модуля: Б1.О.03.02 «Общая психология», Б1.О.03.05 «Психология развития и возрастная психология»

Обучение по дисциплине Психология личности спортсмена и тренера предшествует изучению следующих дисциплин ООП:

- Б1.О.01.06 Спортивная психология;
- Б1.О.04.01 Общий психологический практикум;
- Б1.О.04.03 Психодиагностика в спорте;
- Б1.В.01.07 Психопедагогика спорта;
- Б1.В.01.09 Психология личности спортсмена и тренера;
- Б1.В.01.10 Психология деятельности тренера и спортивного судьи;

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ В РАМКАХ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ООП

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций: ПК-1, ПК-2.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты обучения:

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
1	2	3
ПК-1. Способен проводить психологическую диагностику, анализ и прогнозирование изменений и управление процессами развития и коррекции субъектов физкультурно-спортивной и	ПК-1.2. Выявляет проблемы и осуществляет диагностику и контроль наилучшей индивидуальной и командной психологической готовности спортсменов и спортивной команды к спортивным	<b>Знать:</b> закономерности процессов обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, особых образовательных потребностей спортсменов

оздоровительной деятельности и их взаимодействия	достижениям	<p><b>Уметь:</b> определять у спортсмена возрастные особенности, возможности и предрасположенности; применять психологические знания в процессе обучения различных категорий обучающихся двигательным действиям и развитию физических качеств на физкультурно-спортивных занятиях</p> <p><b>Иметь практический опыт:</b> психологические знания для решения практических задач, связанных с социокультурными процессами в области физической культуры и спорта</p>
	ПК-1.3. Анализирует психологические показатели уровня подготовленности, устойчивости, показатели выступлений и стабильности результатов, оценивает способность мобилизации спортсмена, управляет процессами развития и коррекции субъектов физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности, способствуя их взаимодействия	<p><b>Знать:</b> когнитивную, эмоционально-волевую, мотивационную, регуляторную, операционально-техническую сферу личности в условиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать особенности консультационной деятельности по вопросам психологического обеспечения физического воспитания и спортивного совершенствования личности</p> <p><b>Иметь практический опыт:</b> воспитания, тренировки, развития средствами психологии физической культуры и спорта</p>
ПК-2. Способен выбирать, разрабатывать, модифицировать и реализовывать коррекционно-развивающие программы и мероприятия для субъектов физкультурно-спортивной деятельности	ПК-2.1. Применяет методы развития психических качеств с учетом сенситивных периодов развития физических качеств и индивидуальных особенностей; контролирует психическое состояние спортсменов на разных этапах учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности	<p><b>Знать:</b> характеристику психических процессов, свойств и состояний личности спортсмена, средства и методы; методы организации и особенности проведения научно-исследовательской работы в области психологии физического воспитания и спорта;</p> <p><b>Уметь:</b> планировать мероприятия по психолого-педагогическому просвещению личности и обеспечению физкультурно-оздоровительных и учебно-тренировочных занятий с различными контингентами занимающихся</p> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p>

		методов организации эффективного взаимодействия субъектов физкультурно-спортивной деятельности с учетом личностных особенностей
	ПК-2.3. Обеспечивает наличие психологических компонентов в составлении планов и реализации тренировочного и соревновательного и коррекционного процесса для обеспечения психологической подготовленности, ориентированной на обеспечение роста технического и спортивного мастерства, эмоционально-волевой подготовки, психорегуляции и восстановлении	<p><b>Знать:</b> методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании и спорте</p> <p><b>Уметь:</b> организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по психологическим проблемам в области физического воспитания и спорта</p> <p><b>Иметь практический опыт:</b> способами оптимизации Психологического климата в условиях сотрудничества и профессиональной коммуникации</p>

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость учебной дисциплины составляет 6 зачетные единицы, 216 часа, включая все формы контактной и самостоятельной работы обучающихся.

## 4.1. Распределение часов по темам и видам учебной работы

## Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Номера и наименования разделов и тем	Всего час.	Контактная работа, час.					Самостоятельная работа, час.	Формы промежуточной аттестации	Вид и формы текущего контроля <sup>1</sup>		Код компетенции или код индикатора
			всего	в т.ч.						в рамках контактной работы	в рамках самостоятельной работа	
				лекции	занятия семинарского типа	др. виды работ	консультации					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<b>7 семестр</b>												
1	Свойства темперамента и специфика их проявлений в спортивной деятельности			4	4			18			ПТЗ.О	ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-2.1 ПК-2.3
2	Эмоциональная, мотивационная и волевая сфера спортсмена			4	4			22		ПТЗ.О		ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-2.1 ПК-2.3
3	Отношения, самооценка, Я - концепция спортсмена			4	4			16		ПТЗ.О		ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-2.1 ПК-2.3
4	Характер спортсмена			2	2			18		ПТЗ.О		ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-2.1 ПК-2.3
5	Особенности профессиональной			4	4			20		ПТЗ.О		ПК-1.2

<sup>1</sup>Вид текущего контроля: ПТЗ.Т – проверка теоретических знаний – тестирование (письменно), ПТЗ.КР – проверка теоретических знаний – контрольная работа (письменно), ПТЗ.О - опрос; ПТЗ.Э – проверка теоретических знаний – эссе

К занятиям семинарского типа относятся - семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия.

№ п/п	Номера и наименования разделов и тем	Всего час.	Контактная работа, час.					Самостоятельная работа, час.	Формы промежуточной аттестации	Вид и формы текущего контроля <sup>1</sup>		Код компетенции или код индикатора
			всего	в т.ч.						в рамках контактной работы	в рамках самостоятельная работа	
				лекции	занятия семинарского типа	др. виды работ	консультации					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	деятельности спортивного тренера											ПК-1.3 ПК-2.1 ПК-2.3
6	Педагогическое мастерство тренера			4	4			16		<i>ПТЗ.О</i>		ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-2.1 ПК-2.3
7	Готовность к профессиональной деятельности тренера			2	2			18		<i>ПТЗ.О</i>		ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-2.1 ПК-2.3
8	Индивидуализация педагогического воздействия тренера на спортсмена			2	2			18			<i>ПТЗ.О</i>	ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-2.1 ПК-2.3
	<b>Промежуточная аттестация</b>	-	-	-	-	-	-	-	Экзамен			ПК-1 ПК-2
	<b>Итого</b>	216		26	26			146	18	52	146	
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>216</b>	<b>52</b>					<b>146</b>	<b>18</b>			

## 4.2. Тематическое содержание занятий

Номера и наименования разделов и тем	Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации	Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации
1	2	3
Тема 1. Свойства темперамента и специфика их проявлений в спортивной деятельности	<p><b>Лекция</b> (4 ак. ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского типа (семинар)</b> (4 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b> (18 ак. ч.)</p>	<p>Свойства темперамента и специфика их проявлений в спортивной деятельности Определения свойств темперамента. Выраженность свойств темперамента и особенности тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов. Диагностика свойств темперамента. Теоретическое обоснование методик, проведение обследований, обработка и интерпретация полученных данных.</p> <p><b>Виды текущего контроля:</b> самостоятельная работа <b>Форма текущего контроля:</b> ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
Тема 2. Эмоциональная, мотивационная и волевая сфера спортсмена	<p><b>Лекция</b> (4 ак. ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского типа (семинар)</b> (4 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b> (22 ак.ч.)</p>	<p>Эмоции, чувства, переживания в спортивно значимых ситуациях. Диагностика эмоциональной сферы. Теоретическое обоснование методик, проведение обследований, обработка и интерпретация полученных данных. Понятие мотивационная сфера. Потребности, мотивы, интересы, ценности в тренировочной и соревновательной деятельности. Мотивы на разных этапах спортивной карьеры. Динамика мотивации на разных этапах годичного цикла спортивной подготовки. Диагностика мотивационной сферы спортсмена. Понятие волевая сфера. Волевая регуляция, волевые усилия, волевые качества в тренировочной и соревновательной деятельности. Специфика формирования волевых качеств в разных видах спорта. Развитие и совершенствование волевых качеств в спортивно значимых ситуациях. Диагностика волевой сферы спортсмена.</p> <p><b>Виды текущего контроля:</b> контактная работа <b>Форма текущего контроля:</b> ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
Тема 3. Отношения, самооценка, Я - концепция спортсмена	<p><b>Лекция</b> (4 ак. ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского</b></p>	<p>Отношения спортсмена к себе, к тренировочному процессу, к соревнованиям, к режиму и образу жизни. Формирование самооценки в условиях массового спорта, спорта высших достижений, профессионального спорта. Влияние спортивной деятельности на</p>



Номера и наименования разделов и тем	Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации	Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации
1	2	3
	<p>типа (семинар) (4 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b> (16 ак.ч.)</p>	<p>формирование Я-концепции спортсмена. Диагностика отношений, самооценки, Я - концепции спортсмена.</p> <p><b>Виды текущего контроля:</b> контактная работа <b>Форма текущего контроля:</b> ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
Тема 4. Характер спортсмена	<p><b>Лекция</b> (2 ак. ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского типа</b> (Семинар) (2 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b> (18 ак.ч.)</p>	<p>Влияние занятий спортом на формирование черт характера. Особенности характера и успешность занятий конкретным видом спорта. Акцентуации характера в спортивной деятельности. Диагностика характера у спортсменов.</p> <p><b>Виды текущего контроля:</b> контактная работа <b>Форма текущего контроля:</b> ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
Тема 5. Особенности профессиональной деятельности спортивного тренера	<p><b>Лекция</b> (4 ак. ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского типа</b> (семинар) (4 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b> (20 ак.ч.)</p>	<p>Общественное значение профессии «тренер», функции тренера, необходимые профессиональные знания, умения, профессионально-важные качества, специфические условия профессиональной деятельности. Риски профессии тренера.</p> <p><b>Виды текущего контроля:</b> контактная работа <b>Форма текущего контроля:</b> ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
Тема 6. Педагогическое мастерство тренера	<p><b>Лекция</b> (4 ак. ч.)</p>	<p>Социально-психологические особенности взаимопонимания тренера и спортсмена (совместимость и эффективность деятельности в зависимости от индивидуально-типических особенностей тренера и спортсмена, уровни взаимоотношений спортсмена и тренера, типы и стили руководства тренера, демократический, авторитарный, либеральный, специфика их реализации в руководстве спортивным коллективом).</p>

Номера и наименования разделов и тем	Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации	Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации
1	2	3
		<p><b>Виды текущего контроля:</b> контактная работа  <b>Форма текущего контроля:</b> ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
	<p><b>Занятие семинарского типа (семинар)</b> (4 ак.ч.)</p>	
	<p><b>Самостоятельная работа</b> (16 ак.ч.)</p>	
<p>Тема 7. Готовность к профессиональной деятельности тренера</p>	<p><b>Лекция</b> (2 ак. ч.)</p>	<p>Психологические особенности деятельности тренера, уровни педагогического мастерства тренера, профессиональные способности, индивидуальный стиль деятельности тренера, учет индивидуально-типологических особенностей в формировании индивидуального стиля деятельности, этапы его формирования, психологические характеристики успешного и неуспешного тренера.</p> <p><b>Виды текущего контроля:</b> контактная работа  <b>Форма текущего контроля:</b> ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
	<p><b>Занятие семинарского типа (семинар)</b> (2 ак.ч.)</p>	
	<p><b>Самостоятельная работа</b> (18 ак.ч.)</p>	
<p>Тема 8. Индивидуализация педагогического воздействия тренера на спортсмена</p>	<p><b>Лекция</b> (2 ак. ч.)</p>	<p>Учет индивидуально-типологических особенностей спортсмена в планировании нагрузки и выборе способов мотивирования спортсменов к деятельности, секундирование тренером спортсменов на соревнованиях, роль и действия тренера при возникновении конфликтных ситуаций в спортивной команде.</p> <p><b>Виды текущего контроля:</b> самостоятельная работа  <b>Форма текущего контроля:</b> ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
	<p><b>Занятие семинарского</b></p>	

<b>Номера и наименования разделов и тем</b>	<b>Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации</b>	<b>Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
	<p>типа (семинар) (2 ак.ч.)</p>	
	<p><b>Самостоятельная работа</b> (18 ак.ч.)</p>	
<p><b>Промежуточная аттестация</b></p>	<p><b>Занятие семинарского типа</b> (Экзамен)</p>	<p>Экзамен в виде опроса</p>

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### 5.1. Основная литература

1. Попов, А.Л. Спортивная психология: учебное пособие для физкультурных вузов / А.Л. Попов.- 5-е изд., стер. - Москва: ФЛИНТА, 2019. -159 с. - ISBN 978-5-9765-1608-3. URL: <https://znanium.com/catalog/product/1035362> (дата обращения: 31.05.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный
2. Серова, Л. К. Психология физической культуры и спорта: учебное пособие / Л.К. Серова. - Москва: ИНФРА-М, 2020. - 129 с. - ISBN 978-5-16-016466-3. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1157116> (дата обращения: 31.05.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

### 5.2. Дополнительная литература

1. Соколовская, С. В. Психология физической культуры и спорта: учебное пособие для вузов / С. В. Соколовская. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2021. - 144 с. - ISBN 978-5-8114-8261-0. - URL: <https://e.lanbook.com/book/173808> (дата обращения: 31.05.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный

## 6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

Доступ к электронно-библиотечным системам:

- Национальный цифровой ресурс Руконт: [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru);
- Образовательная платформа Юрайт: <https://urait.ru/>.

Доступ к современным профессиональным базам данных и информационно-справочным системам:

1. Научный вестник МГУСиТ <https://mgusit.mossport.ru/science/30600/>
2. Ассоциация спортивных психологов <https://asportpsy.ru/>
3. Журнал «Спортивный психолог» <http://www.sport-psy.ru>
4. Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры» <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/>

## 7. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

(в т.ч. лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства)

1. MS Windows Professional 7 Russian – лицензия № 49715244 от 15.02.2012г., № 49466115 от 19.12.2011г.;
2. MS Office 2010 Russian – лицензия № 49715245 от 15.02.2012г.;
3. Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows;
4. Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в ЭИОС – договор о подключении услуг электросвязи 017800123199 от 01.09.2018.

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РПД

Учебная аудитория для проведения учебных занятий лекционного, семинарского типа (в т.ч. практической подготовки обучающихся), групповых и индивидуальных консультаций,

текущего контроля и промежуточной аттестации, подтверждающая наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования:

- Компьютерный стол (23 шт.);
- Письменные столы (9 шт.);
- Стулья (33 шт.);
- Маркерная доска (1 шт.);
- Проектор (1 шт.);
- Экран проекционный (1шт.);
- Рабочее место преподавателя с компьютером, мультимедийным оборудованием с

выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду:

моноблок (1шт);

- комплект активных колонок (колонки со встроенным звукоусилителем) (1 шт.);
- комплект клавиатура+мышь (1шт);
- письменный стол (2 шт.);
- компьютерное кресло (1 шт.);
- Огнетушитель (1 шт.);
- Тумба (1 шт.).

Рабочее место студента с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду:

- моноблок (22 шт.);
- комплект клавиатура+мышь (22шт);
- МФУ (1 шт.);
- Блок бесперебойного питания (23 шт.).

Помещение для самостоятельной работы обучающихся, подтверждающее наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования:

- Письменные столы – (5 шт.);
- Стулья (5 шт.);
- Стеллажи (3 шт.);
- Шкаф книжный (9 шт.);
- Ноутбук с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную

информационно-образовательную среду (10 шт.).

## **9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и учебно-методические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением элементов электронного обучения (при наличии заявления). Электронное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В образовательном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для обучающихся с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения. Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы обучающиеся с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении всех видов аттестации.

Особые условия предоставляются обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья на основании заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

## **10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **10.1. Методические указания по изучению дисциплины для обучающихся**

Студентам необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы дисциплины, с целями и задачами дисциплины, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися в ЭИОС и сайте университета, с графиком консультаций преподавателей кафедры психологии.

*Советы по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины.* Рекомендуемое распределение времени на изучение дисциплины указано в разделе «Структура и содержание дисциплины». В целях более плодотворной работы в семестре студенты также могут ознакомиться с календарно-тематическим планом дисциплины, составленным преподавателем – как для лекционных, так и для практических занятий.

«Сценарий» изучения дисциплины.

«Сценарий» изучения дисциплины студентом подразумевает выполнение им следующих действий:

1. Ознакомление с целями и задачами дисциплины.
2. Ознакомление с требованиями к знаниям и навыкам студента.
3. Первичное ознакомление с разделами и темами дисциплины.
4. Ознакомление с распределением времени на изучение дисциплины.
5. Ознакомление со списками рекомендуемой основной и дополнительной литературы по дисциплине.

6. Углублённое ознакомление с разделами и темами дисциплины.
7. Предварительный охват на основе рекомендуемой литературы круга вопросов, актуальных для конкретного занятия.
8. Самостоятельная проработка основного круга вопросов как каждого последующего, так и каждого предыдущего занятия в свободное время между занятиями по дисциплине.
9. Присутствие и творческое участие на лекционных и семинарских / практических занятиях.
10. Выполнение требований планового текущего и итогового контроля.
11. Уточнение возникающих вопросов на консультации по дисциплине.
12. Непосредственная подготовка к экзамену по дисциплине на основе выданных преподавателем вопросов к экзамену.

### **10.2. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям**

Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам, если разобраться в материале опять не удалось, то обратиться к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

### **10.3. Рекомендации по подготовке к занятиям семинарского типа**

Студентам следует:

- до очередного занятия семинарского типа по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;
- при подготовке к занятиям семинарского типа следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и нормативно-правовые акты и материалы правоприменительной практики;
- теоретический материал следует соотносить с правовыми нормами, так как в них могут быть внесены изменения, дополнения, которые не всегда отражены в учебной литературе;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- в ходе занятия семинарского типа давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

### **10.4. Методические рекомендации по выполнению различных форм самостоятельных домашних заданий**

Самостоятельная работа студентов включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой

дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины студентам предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны выполняться самостоятельно и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.

Студентам следует:

- выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на занятиях семинарского типа и консультациях неясные вопросы;
- при подготовке к промежуточной аттестации параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

## **11. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Освоение учебной дисциплины Психология личности спортсмена и тренера предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий, в т.ч. интерактивных лекций, дискуссий, разбор конкретных ситуаций и практических задач в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

## **12. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации оформляется приложением к РПД.



Приложение  
к рабочей программе дисциплины  
«Психология личности спортсмена и тренера»

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ  
ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

**1. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
<p>ПК-1. Способен проводить психологическую диагностику, анализ и прогнозирование изменений и управление процессами развития и коррекции субъектов физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности и их взаимодействия</p>	<p>ПК-1.2. Выявляет проблемы и осуществляет диагностику и контроль наилучшей индивидуальной и командной психологической готовности спортсменов и спортивной команды к спортивным достижениям</p>	<p><b>Знать:</b> закономерности процессов обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, особых образовательных потребностей спортсменов</p> <p><b>Уметь:</b> определять у спортсмена возрастные особенности, возможности и предрасположенности; применять психологические знания в процессе обучения различных категорий обучающихся двигательным действиям и развитию физических качеств на физкультурно-спортивных занятиях</p> <p><b>Иметь практический опыт:</b> психологические знания для решения практических задач, связанных с социокультурными процессами в области физической культуры и спорта</p>	<p><i>опрос, экзамен</i></p>

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
	<p>ПК-1.3. Анализирует психологические показатели уровня подготовленности, устойчивости, показатели выступлений и стабильности результатов, оценивает способность мобилизации спортсмена, управляет процессами развития и коррекции субъектов физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности, способствуя их взаимодействия</p>	<p><b>Знать:</b> когнитивную, эмоционально-волевою, мотивационную, регуляторную, операционально-техническую сферу личности в условиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности  <b>Уметь:</b> анализировать особенности консультационной деятельности по вопросам психологического обеспечения физического воспитания и спортивного совершенствования личности  <b>Иметь практический опыт:</b> воспитания, тренировки, развития средствами психологии физической культуры и спорта</p>	<p><i>опрос, экзамен</i></p>
<p>ПК-2. Способен выбирать, разрабатывать, модифицировать и реализовывать коррекционно-развивающие программы и мероприятия для субъектов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>ПК-2.1. Применяет методы развития психических качеств с учетом сенситивных периодов развития физических качеств и индивидуальных особенностей; контролирует психическое состояние спортсменов на разных этапах учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности</p>	<p><b>Знать:</b> характеристику психических процессов, свойств и состояний личности спортсмена, средства и методы; методы организации и особенности проведения научно-исследовательской работы в области психологии физического воспитания и спорта;  <b>Уметь:</b> планировать мероприятия по психолого-педагогическому просвещению личности и обеспечению физкультурно-оздоровительных и</p>	<p><i>опрос, экзамен</i></p>

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
		учебно-тренировочных занятий с различными контингентами занимающихся <b>Иметь практический опыт:</b> методов организации эффективного взаимодействия субъектов физкультурно-спортивной деятельности с учетом личностных особенностей	
	ПК-2.3. Обеспечивает наличие психологических компонентов в составлении планов и реализации тренировочного и соревновательного и коррекционного процесса для обеспечения психологической подготовленности, ориентированной на обеспечение роста технического и спортивного мастерства, эмоционально-волевой подготовки, психорегуляции и восстановлении	<b>Знать:</b> методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании и спорте <b>Уметь:</b> организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по психологическим проблемам в области физического воспитания и спорта <b>Иметь практический опыт:</b> способами оптимизации Психологического климата в условиях сотрудничества и профессиональной коммуникации	<i>опрос, экзамен</i>

## 2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 2.1. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

### 2.2. Оценочные материалы для текущего контроля

## Экзамен ОПРОС

**Тема 1:** Свойства темперамента и специфика их проявлений в спортивной деятельности

**Примерный перечень вопросов:**

1. Свойства темперамента и специфика их проявлений в спортивной деятельности.
2. Выраженность свойств темперамента и особенности тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
3. Диагностика свойств темперамента.
4. Теоретическое обоснование методик, проведение обследований, обработка и интерпретация полученных данных.

**Тема 2:** Эмоциональная, мотивационная и волевая сфера спортсмена

**Примерный перечень вопросов:**

1. Эмоции, чувства, переживания в спортивно значимых ситуациях.
2. Диагностика эмоциональной сферы.
3. Теоретическое обоснование методик, проведение обследований, обработка и интерпретация полученных данных.
4. Понятие мотивационная сфера.
5. Потребности, мотивы, интересы, ценности в тренировочной и соревновательной деятельности.
6. Мотивы на разных этапах спортивной карьеры.
7. Динамика мотивации на разных этапах годичного цикла спортивной подготовки.
8. Диагностика мотивационной сферы спортсмена.
9. Понятие волевая сфера.
10. Волевая регуляция, волевые усилия, волевые качества в тренировочной и соревновательной деятельности.
11. Специфика формирования волевых качеств в разных видах спорта.
12. Развитие и совершенствование волевых качеств в спортивно значимых ситуациях.
13. Диагностика волевой сферы спортсмена.

**Тема 3:** Отношения, самооценка, Я -концепция спортсмена

**Примерный перечень вопросов:**

1. Отношения спортсмена к себе, к тренировочному процессу, к соревнованиям, к режиму и образу жизни.
2. Формирование самооценки в условиях массового спорта, спорта высших достижений, профессионального спорта.
3. Влияние спортивной деятельности на формирование Я-концепции спортсмена.
4. Диагностика отношений, самооценки, Я -концепции спортсмена

**Тема 4:** Характер спортсмена

**Примерный перечень вопросов:**

1. Понятие спортивный характер.
2. Влияние занятий спортом на формирование черт характера.
3. Особенности характера и успешность занятий конкретным видом спорта.
4. Акцентуации характера в спортивной деятельности.
5. Диагностика характера у спортсменов.

**Тема 5:** Особенности профессиональной деятельности спортивного тренера.

**Примерный перечень вопросов:**

1. Общественное значение профессии «тренер».

2. Функции тренера, необходимые профессиональные знания, умения, профессионально-важные качества.
3. Специфические условия профессиональной деятельности.
4. Риски профессии тренера.

#### **Тема 6: Педагогическое мастерство тренера**

##### **Примерный перечень вопросов:**

1. Социально-психологические особенности взаимопонимания тренера и спортсмена.
2. Совместимость и эффективность деятельности в зависимости от индивидуально-типических особенностей тренера и спортсмена.
3. Уровни взаимоотношений спортсмена и тренера.
4. Типы и стили руководства тренера (демократический, авторитарный, либеральный). Специфика их реализации в руководстве спортивным коллективом.
5. Психологические характеристики успешного и неуспешного тренера.

#### **Тема 7: Готовность к профессиональной деятельности тренера.**

##### **Примерный перечень вопросов:**

1. Психологические особенности деятельности тренера.
2. Уровни педагогического мастерства тренера.
3. Профессиональные способности, индивидуальный стиль деятельности тренера.
4. Учет индивидуально-типологических особенностей в формировании индивидуального стиля деятельности, этапы его формирования.

#### **Тема 8: Индивидуализация педагогического воздействия тренера на спортсмена.**

##### **Примерный перечень вопросов:**

1. Учет индивидуально-типологических особенностей спортсмена в планировании нагрузки и выборе способов мотивирования спортсменов к деятельности.
2. Секундирование тренером спортсменов на соревнованиях.

#### **Критерии оценки:**

<b>оценка</b>	<b>показатели</b>
«отлично»	Дал полный, развернутый ответ на поставленный вопрос. Доказательно раскрыты основные положения. Ответ имеет четкую структуру, изложение последовательно, полностью отражает сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком с использованием современной психологической терминологии. Могут быть допущены 1-2 недочета или неточности, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа
«хорошо»	Дал относительно полный ответ на поставленный вопрос. Показано умение мыслить логически, иногда определять причинно-следственные связи. Ответ изложен достаточно последовательно, грамотным языком с использованием современной психологической терминологии. Могут быть

	допущены заметные недочеты или неточности, частично исправленные студентом с помощью преподавателя или не исправленные.
«удовлетворительно»	Дал недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Нарушены логичность и последовательность изложения материала. Допущены ошибки в употреблении терминов, определении понятий. Студент не способен самостоятельно выделить причинно-следственные связи. Речевое оформление требует поправок, коррекции.
«неудовлетворительно»	Ответ на вопрос практически отсутствует. Студентом изложены отдельные знания из разных тем, отсутствуют причинно-следственные связи. Речь неграмотная, психологическая терминология не используется. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа.