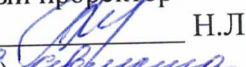


ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ

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

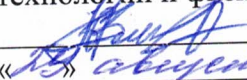
СОГЛАСОВАНО

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.01.05 Психология физической культуры

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

Форма обучения	очно-заочная
Общая трудоемкость (в акад. часах / ЗЕ)	288 час. / 8 ЗЕ
Курс	III
Учебный семестр	5, 6
Форма промежуточной аттестации	5 семестр – зачет с оценкой, 6 семестр – 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 физической культуры» (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.

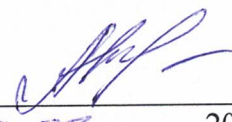
СОГЛАСОВАНО:

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 представление о психологических особенностях спорта и физкультурно-оздоровительной деятельности и о психологической помощи в этих сферах.

Задачи, решаемые в процессе преподавания учебной дисциплины:

1. Формирование представления о психологии спорта как научной дисциплине.
2. Демонстрация влияния занятий физкультурно-спортивной деятельностью на формирование личности.
3. Ознакомление с задачами психологической помощи в спорте и других видах физической культуры.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.01.05 Психология физической культуры изучается обучающимися в рамках первого модуля Б1.О.02 Организационно-управленческого модуля обязательной/базовой части ОПОП ВО на протяжении 5, 6 учебных семестров и завершается промежуточной аттестацией в форме зачета с оценкой и экзамена.

Изучение дисциплины Психология физической культуры 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 физической культуры 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

<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-1.1. Проводит оценку психометрических характеристик по оценке уровня спортивной предрасположенности, потенциала и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта и составляет заключения (в т.ч. психологический портрет)</p>	<p>Знать: основные понятия физической культуры и спорта, влияние занятий физкультурно-спортивной деятельностью на человека</p> <p>Уметь: ставить цели, задачи учебно-тренировочных занятий, составлять планы с учетом уровня подготовки и возрастных особенностей занимающихся, составлять перспективный план, годовой план, по периодам подготовки (циклы)</p> <p>Иметь практический опыт: Определение целей, задач в зависимости от этапа подготовки; планирование учебно-тренировочных занятий</p>
	<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>Знать: образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов</p> <p>Уметь: анализировать и осуществлять выбор программы, актуальные методики и технологии, использовать психолого-педагогическую диагностику в физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности</p> <p>Иметь практический опыт: реализации программ, методов воспитания, формирование нравственного сознания, оценки способностей спортсмена, управления процессами их коррекции и развития и привычек в области спортивной этики, методы коррекции в формировании нравственных чувств</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>Знать: психические особенности различных возрастных групп</p> <p>Уметь: контролировать психическое состояние спортсменов на разных этапах учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности</p> <p>Иметь практический опыт: определение целей и задач, планирование физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами</p>

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость учебной дисциплины составляет 8 зачетных единиц, 288 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 ¹		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
5 семестр												
1	Введение			4	4			10		ПТЗ.О		ПК-1.1 ПК-1.3 ПК-2.1
2	Психология спорта как прикладная область психологической науки			6	6			26		ПТЗ.О		ПК-1.1 ПК-1.3 ПК-2.1
3	Психологические характеристики основных видов физической культуры			2	4			10			ПТЗ.О	ПК-1.1 ПК-1.3 ПК-2.1
6 семестр												
5	Личность в спортивно-оздоровительной деятельности			16	18			92		ПТЗ.О		ПК-1.1 ПК-1.3 ПК-2.1
6	Психологическая помощь в спорте и других видах физической культуры			20	18			34			ПТЗ.О	ПК-1.1 ПК-1.3

¹Вид 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 ¹		Код компетенции или код индикатора
			всего	в т.ч.						в рамках контактной работы	в рамках самостоятельной работы	
				лекции	занятия семинарского типа	др. виды работ	консультации					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
												ПК-2.1
	Промежуточная аттестация	-	-	-	-	-	-	-	Зачет с оценкой, экзамен			
	Итого	288		48	50			172	18			
	ВСЕГО:	288							18	98	172	

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. Введение	Лекция (4 ак. ч.)	Понятие «Физическая культура», виды физической культуры: физическое воспитание, спорт, активный отдых. Влияние занятий физкультурно-спортивной деятельностью на человека. Экономическое и политическое значение спорта. Потребности спортивно-оздоровительной практики и возможности психологии. Виды текущего контроля: контактная работа Форма текущего контроля: ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)
	Занятие семинарского типа (семинар) (4 ак.ч.)	
	Самостоятельная работа (10 ак. ч.)	

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 2. Психология спорта как прикладная область психологической науки	Лекция (6 ак. ч.)	<p>Понятия «методология» и «метод». Базовые методологические принципы психологии. История психологии спорта в СССР, России и за рубежом.</p> <p>Психология спорта как научная дисциплина. Предмет и объекты психологии спорта. Разделы психологии спорта: психология физического воспитания, психология массового спорта, психология спорта высших достижений, психология рекреационной физической культуры и активного отдыха, психология реабилитационной и адаптивной физической культуры. Специфика задач различных разделов психологии спорта. Направления психологии спорта: психология тренера; психология детско-юношеского спорта; психология менеджмента в физкультурно-спортивной сфере; психология маркетинга и рекламы в спорте и активном отдыхе. Методы психологии спорта. Взаимосвязи психологии спорта с другими психологическими науками. Место психологии спорта в системе наук человеке.</p> <p>Виды текущего контроля: контактная работа Форма текущего контроля: ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
	Занятие семинарского типа (семинар) (6 ак.ч.)	
	Самостоятельная работа (26 ак.ч.)	
Тема 3. Психологические характеристики основных видов физической культуры	Лекция (2 ак. ч.)	<p>Понятие «спортивная деятельность», компоненты спортивной деятельности (по Т.Т. Дзамгарову, А.Ц. Пуни). Особенности спорта как специфического вида человеческой деятельности (по А.Ц. Пуни).</p> <p>Основные характеристики спортивной деятельности: цели, средства, условия и результаты. Понятие «физическое воспитание». Физическое воспитание как психолого-педагогический процесс. Цели и задачи физического воспитания. Особенности физических упражнений как средств деятельности в физическом воспитании. Задачи психологического сопровождения в физическом воспитании. Образовательные и оздоровительные эффекты - результаты физического воспитания.</p> <p>Понятия «массовый спорт», «спорт высших достижений», «профессиональный спорт». Субъективные и объективные условия в массовом и профессиональном спорте. Задачи психологического сопровождения в массовом и профессиональном спорте.</p> <p>Понятия «активный отдых» и «физическая рекреация». Виды активного отдыха. Цели и задачи активного отдыха. Физические упражнения и особенности условий деятельности в активном отдыхе. Восстановительные эффекты и другие результаты активного отдыха.</p>
	Занятие семинарского типа (семинар) (4 ак.ч.)	
	Самостоятельная работа (10 ак.ч.)	

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>Общие и отличительные характеристики основных видов спортивно-оздоровительной деятельности.</p> <p>Виды текущего контроля: самостоятельная работа Форма текущего контроля: ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
Тема 4. Личность в спортивно-оздоровительной деятельности	<p>Лекция (16 ак. ч.)</p>	<p>Свойства индивида как субъективные условия успешности занятий спортом. Фактор полового диморфизма в спорте. Способности и склонности к конкретному виду спортивной деятельности. Психическая регуляция двигательной деятельности. Сенсорно-перцептивные процессы при выполнении физических упражнений. Кинестетические ощущения и эффективность решения основной двигательной задачи. Специализированные восприятия «чувство мяча», «чувство воды» и т.п. Интеллектуальные функции в спортивной деятельности. Тактическое мышление. Двигательная память. Развитие функций внимания, обусловленные особенностями вида спорта. Эмоциональные переживания и волевые усилия как факторы регуляции двигательной деятельности. Формирование волевых качеств в процессе занятий спортом. Структура волевых качеств. Мотивационная сфера. Потребности занимающихся спортом и активным отдыхом. Мотивы занятий активным отдыхом. Мотивы занятий спортом.</p> <p>Виды текущего контроля: контактная работа Форма текущего контроля: ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
	<p>Занятие семинарского типа (семинар) (18 ак.ч.)</p>	
	<p>Самостоятельная работа (92 ак.ч.)</p>	
Тема 5. Психологическая помощь в спорте и других видах физической культуры	<p>Лекция (20 ак. ч.)</p>	<p>Отбор и набор в спортивные секции и физкультурно-оздоровительные группы. Влияние социально-экономических условий на желание и возможность заниматься спортом. Потребности, интересы и мотивация занятий двигательной активностью. Психологическое сопровождение тренировочной деятельности. Психологическая подготовка к соревнованиям. Задачи и мероприятия психологической помощи в спорте, активном отдыхе, физическом воспитании, реабилитационной и адаптивной физической культуре.</p> <p>Виды текущего контроля: самостоятельная работа Форма текущего контроля: ПТЗ.О (проверка теоретических знаний – опрос)</p>
	<p>Занятие семинарского типа (семинар) (18 ак.ч.)</p>	
	<p>Самостоятельная работа (34 ак.ч.)</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
Промежуточная аттестация	Занятие семинарского типа (Зачет с оценкой, экзамен)	Зачет в виде защиты проекта – представление презентации (презентация и выступление по любой из предложенных к изучению тем), экзамен-проведение собеседования с ответами на вопросы

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. Черемисова, И. В. Психология победы и высших достижений в спорте: учебное пособие / И. В. Черемисова; Волгоградский государственный университет. - Волгоград: ВолГУ, 2016. - 124 с. - ISBN 978-5- 9669-1547-6. - URL: <https://e.lanbook.com/book/144236> (дата обращения: 31.05.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

2. 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;
- 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 исполняться 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 физической культуры 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 физической культуры»

**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
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	ПК-1.1. Проводит оценку психометрических характеристик по оценке уровня спортивной предрасположенности, потенциала и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта и составляет заключения (в т.ч. психологический портрет)	<p>Знать: основные понятия физической культуры и спорта, влияние занятий физкультурно-спортивной деятельностью на человека</p> <p>Уметь: ставить цели, задачи учебно-тренировочных занятий, составлять планы с учетом уровня подготовки и возрастных особенностей занимающихся, составлять перспективный план, годовой план, по периодам подготовки (циклы)</p> <p>Иметь практический опыт: Определение целей, задач в зависимости от этапа подготовки; планирование учебно-тренировочных занятий</p>	<i>презентация, зачет с оценкой, опрос, экзамен</i>
	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	<p>Знать: образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов</p> <p>Уметь: анализировать и осуществлять выбор программы,</p>	<i>презентация, зачет с оценкой, опрос, экзамен</i>

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
	оздоровительной деятельности, способствуя их взаимодействия	актуальные методики и технологии, использовать психолого-педагогическую диагностику в физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности Иметь практический опыт: реализации программ, методов воспитания, формирование нравственного сознания, оценки способностей спортсмена, управления процессами их коррекции и развития и привычек в области спортивной этики, методы коррекции в формировании нравственных чувств	
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	Знать: психические особенности различных возрастных групп Уметь: контролировать психическое состояние спортсменов на разных этапах учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности Иметь практический опыт: определение целей и задач, планирование физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами	<i>презентация, зачет с оценкой, опрос, экзамен</i>

2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

2.1. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

5 СЕМЕСТР

Зачет с оценкой

Перечень тем для подготовки презентации проекта:

1. Разработка исследовательского проекта понятие «Физическая культура», виды физической культуры: физическое воспитание, спорт, активный отдых.
2. Разработка исследовательского проекта влияние занятий физкультурно-спортивной деятельностью на человека.
3. Разработка исследовательского проекта экономическое и политическое значение спорта.
4. Разработка исследовательского проекта потребности спортивно-оздоровительной практики и возможности психологии
5. Разработка исследовательского проекта история психологии спорта в СССР, России и за рубежом.
6. Разработка исследовательского проекта психология спорта как научная дисциплина. Предмет и объекты психологии спорта. Разделы психологии спорта.
7. Разработка исследовательского проекта направления психологии спорта: психология тренера; психология детско-юношеского спорта.
8. Разработка исследовательского проекта психология менеджмента в физкультурно-спортивной сфере
9. Разработка исследовательского проекта психология маркетинга и рекламы в спорте и активном отдыхе.
10. Разработка исследовательского проекта понятие «спортивная деятельность», компоненты спортивной деятельности.
11. Разработка исследовательского проекта понятие физическое воспитание как психолого-педагогический процесс.
12. Разработка исследовательского проекта понятия «массовый спорт», «спорт высших достижений», «профессиональный спорт».
13. Разработка исследовательского проекта понятия «активный отдых» и «физическая рекреация».
14. Разработка исследовательского проекта восстановительные эффекты и другие результаты активного отдыха.

Критерии оценки:

«Отлично» – обучающийся представил проект в соответствии с требованиями: презентация оформлена правильно, визуальный контент соответствует теме, не перегружен, даны ссылки на используемые материалы. Тема раскрыта исчерпывающе. Выступление свободное, построено последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, без опоры на текст, тесно увязывает с поставленными задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответами по теме выступления, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок. В презентации доказательно раскрыты основные положения темы. Выступление ведется литературным языком с использованием современной психологической терминологии

«Хорошо» – обучающийся представил проект и его презентацию. Дает относительно полные ответы на вопросы по ходу выступления. Продемонстрировано умение мыслить

логически, в выступлении прослеживаются причинно-следственные связи. Выступление достаточно последовательно, грамотным языком с использованием современной психологической терминологии. Могут быть допущены заметные недочеты или неточности в презентации; выступление построено с опорой на текстовый материал.

«Удовлетворительно» – обучающийся подготовил недостаточно полный и недостаточно развернутую презентацию проекта. Презентация содержит нарушения в логике изложения, визуальный контент беден и не соответствует теме; презентация перегружена текстом. Во время выступления читает материал, представленный в презентации. Допущены ошибки в употреблении терминов, определении понятий. Студент не способен самостоятельно выделить причинно-следственные связи. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

«Не зачтено» - обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания, задачи.

2.2. Оценочные материалы для текущего контроля

ОПРОС

6 СЕМЕСТР

Экзамен

Тема 1: Личность в спортивно-оздоровительной деятельности

Примерный перечень вопросов:

1. Свойства индивида как субъективные условия успешности занятий спортом.
2. Способности и склонности к конкретному виду спортивной деятельности.
3. Психическая регуляция двигательной деятельности.
4. Сенсорно-перцептивные процессы при выполнении физических упражнений, кинестетические ощущения и эффективность решения основной двигательной задачи.
5. Интеллектуальные функции в спортивной деятельности: тактическое мышление, двигательная память, развитие функций внимания, обусловленное особенностями вида спорта.
6. Эмоциональные переживания и волевые усилия как факторы регуляции двигательной деятельности.
7. Формирование волевых качеств в процессе занятий спортом. Структура волевых качеств.
8. Мотивационная сфера. Мотивы занятий спортом.
9. Мотивы занятий активным отдыхом.
10. Потребности занимающихся спортом и активным отдыхом.

Тема 2: Психологическая помощь в спорте и других видах физической культуры

Примерный перечень вопросов:

1. Отбор и набор в спортивные секции и физкультурно-оздоровительные группы
2. Влияние социально-экономических условий на желание и возможность заниматься спортом.
3. Потребности, интересы и мотивация занятий двигательной активностью.
4. Психологическое сопровождение тренировочной деятельности.
5. Психологическая подготовка к соревнованиям.
6. Задачи и мероприятия психологической помощи в спорте, активном отдыхе, физическом воспитании, реабилитационной и адаптивной физической культуре.

Критерии оценки:

оценка	показатели
«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.