

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Направление подготовки: 49.03.01 *ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА*

Профиль/программа подготовки: *СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ*

Уровень высшего образования: *БАКАЛАВРИАТ*

Форма обучения: *ЗАОЧНАЯ*

Семестр: *VI СЕМЕСТР*

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель изучения курса психологии спорта является подготовка студентов к решению профессиональных задач, связанных с психологическим обеспечением развития и функционирования психических явлений, состояний и качеств у учащихся образовательных учреждений и воспитанников спортивных организаций.

Задачи освоения содержания курса:

- помочь студентам получить психологические знания, которые в дальнейшем могут быть ими использованы при освоении смежных дисциплин, различных педагогических и психологических техник, актуализировать научно-теоретические и экспериментальные позиции (подходы) к исследованию психики человека;
- рассмотреть вопросы взаимосвязи физического, психического, психомоторного развития человека, влияния физической подготовленности на устойчивость к утомлению и эмоциональным стрессам;
- познакомиться с психологическими регуляторами здоровья и факторами риска, повышающими вероятность его ухудшения;
- изучить составляющие личностной готовности к профессиональной деятельности и сформировать у студентов навыки самооценки уровня развития, навыки составления программ личностного роста.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Психология физической культуры и спорта» находится в базовой части учебного плана.

Пререквизиты дисциплины: «Педагогика и психология», «История (история России, всеобщая история)».

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

ЗФС-118
g

| Код формируемых компетенций | Уровень освоения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции) |
|---|------------------------------|---|
| 1 | 2 | 3 |
| <p>ОПК-1- способность планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p> | <p><i>Частично</i></p> | <p>Знать: психологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, психологические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью, психологические основы развития физических качеств.</p> <p>Уметь: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнополовых групп для подбора величин тренировочных нагрузок, описывать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом, учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом, повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом, поддерживать высокий уровень спортивной мотивации,</p> <p>Владеть: навыками грамотного использования психологической терминологии, адекватно отражающей психологические характеристики занимающихся, навыками проведения психологического анализа лиц, занимающихся физическими упражнениями, навыками планирования мероприятий по психологической подготовке к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке.</p> |
| <p>ОПК-2- способность осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p> | <p><i>Частично</i></p> | <p>Знать: значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации», критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы), особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов, психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;</p> <p>Уметь: ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации, проводить психологически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов, подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом, определять показатели и критерии начального отбора в ИВС, интерпретировать результаты тестирования в ИВС,</p> |

| | | |
|---|------------------------|--|
| | | <p>использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по психическим задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию;</p> <p>Владеть: навыками проведения оценки психического состояния человека; базовыми методами и методиками исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта, проведением тестирования подготовленности занимающихся ИВС;</p> |
| <p>ОПК-6 – способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p> | <p><i>Частично</i></p> | <p>Знать: социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта, место и роль нашей страны в развитии психологии физической культуры и спорта, цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры, социальную значимость профессии в сфере физической культуры, закономерности психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды, механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации</p> <p>Уметь: использовать накопленные в области психологии физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях, определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья, планировать различные формы занятий с учетом психологических основ физкультурной деятельности, устанавливать тренировочный режим с учётом психических особенностей личности, рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена, применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью, формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p> <p>Владеть: навыками обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, применения методик оценки физического развития детей и подростков, использования простейших психологических тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся, проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима</p> |
| <p>ОПК-9- способность осуществлять</p> | <p><i>Частично</i></p> | <p>Знать: систематизацию закономерности протекания психических процессов, влияние различных химических элементов и веществ на психику человека, методы оценки</p> |

| | | |
|--|------------------------|---|
| <p>контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p> | | <p>психического состояния человека с учетом возраста и пола, механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности, принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования, роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса.</p> <p>Уметь: подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом, проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена.</p> <p>Владеть: навыками психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом, навыками проведения собеседования, оценки мотивации и психологического настроения спортсмена.</p> |
| <p>ОПК-10- способность организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p> | <p><i>Частично</i></p> | <p>Знать: основы менеджмента, управления персоналом, основы эффективных коммуникаций, методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе, методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов, типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом, принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования, психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией, основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе;</p> <p>Уметь: ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения, устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами, предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом, учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации, применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью, корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях, применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки,</p> |

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;</p> <p>Владеть: навыками определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации, распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды), руководства работой спортивного актива, применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом, анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p> |
|--|--|---|

4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы, 144 часов

| № п/п | Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины | Семестр | Неделя семестра | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | | | | Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %) | Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-------|---|---------|-----------------|--|----------------------|---------------------|-----|---|---|
| | | | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные работы | СРС | | |
| 1. | Предмет и объект психологии спорта | 6 | 1-2 | 2 | | | 13 | 1/ 50% | |
| 2. | Взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития | 6 | 3-4 | | 2 | | 13 | 1/50% | |
| 3. | Мотивационные основы физкультурно-спортивных занятий для людей различного возраста | 6 | 5-7 | 2 | | | 13 | 1 / 50% | Рейтинг-контроль №1 |
| 4. | Физическая активность и умственная работоспособность | 6 | 8-10 | | 2 | | 13 | 1/ 50% | |
| 5. | Особенности общения и межличностных отношений, связь эмоциональной сферы со спортом | 6 | 11-12 | | 2 | | 13 | 1/ 50% | Рейтинг-контроль №2 |

| | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|---|---|-------|---|---|--|-----|---------|---------------------|
| 6. | Психологические особенности и проблемы оздоровительной физической культуры, подготовки юных спортсменов | 6 | 13-14 | | 2 | | 13 | 1 / 50% | |
| 7. | Психорегуляция, психодиагностика | 6 | 15-16 | | | | 13 | 0 / 50% | |
| 8. | Психология тренера | 6 | 17-18 | | | | 14 | 0 / 50% | Рейтинг-контроль №3 |
| Всего за 6 семестр | | | | 4 | 8 | | 105 | 6 / 50% | Экзамен (27) |
| Наличие в дисциплине КП/КР | | 6 | | | - | | | | |
| Итого по дисциплине | | 6 | | 4 | 8 | | 105 | 6/50% | Экзамен (27) |

5. ВИД АТТЕСТАЦИИ

Изучение дисциплины заканчивается *экзаменом*

6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ

Общая трудоемкость дисциплины составляет *4 зачетных единицы, 144 часов*

Составитель: к.психол.н.,
доцент кафедры
общей и педагогической психологии



Писненко А.Г.

(ФИО, подпись)

Заведующая кафедрой
общей и педагогической психологии
к. психол.н.



Пронина Е.В.

(ФИО, подпись)

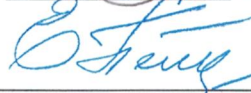
Председатель
учебно-методической комиссии
направления 49.03.01 Физическая культура
Председатель комиссии

Заведующий каф. ТМБОФК
доктор б. н., доцент



Батоцыренова Т.Е.

Директор ГумИ



Петровичева Е.М.

(ФИО, подпись)

Дата: 26.08.2019

Печать института

