

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)

Институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор института  
Гадалов А.В.  
31 08 2021 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**  
(наименование дисциплины)

**направление подготовки / специальность**

**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)**  
\_\_\_\_\_  
(код и наименование направления подготовки (специальности))

**направленность (профиль) подготовки**

**Адаптивное физическое воспитание**  
\_\_\_\_\_  
(направленность (профиль) подготовки))

г. Владимир

2021

2018

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Психология физической культуры и спорта» является формирование системы знаний в области психологии физической культуры и спорта и начальных умений и навыков использования полученных знаний в практической деятельности.

Задачи:

- 1) Ознакомление с психологическими аспектами обучения, воспитания и спортивного совершенствования.
- 2) Изучение механизмов и специфики влияния двигательной и спортивной деятельности на психическое развитие личности.
- 3) Формирование начальных компетенций в области управления спортивным коллективом.
- 4) Приобретение целостного представления о системе психологической подготовки спортсменов.
- 5) Формирование умений психорегуляции двигательной активности.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Психология физической культуры и спорта» относится к базовой части учебного плана по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	
ОК-12 Готовность критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков	ОК-12.1. Знать: собственные достоинства и недостатки, средства развития достоинств и устранения недостатков ОК-12.2. Уметь: критически оценивать свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков ОК-12.3. Владеть: готовностью критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков	Знать: собственные достоинства и недостатки, средства развития достоинств и устранения недостатков Уметь: критически оценивать свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков Владеть: готовностью критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков	Тестовые вопросы, ситуационные задачи, практико-ориентированное задание, рейтинг-контроль, зачет (ФОМ)
ОПК-8 Знание потребностей человека, его ценностных ориентаций,	ОПК-8.1. Знать: структуру потребностей человека, его ценностных ориентаций, направленности личности, мотивации в деятельности, установок, убеждений, эмоций	Знать: структуру потребностей человека, его ценностных ориентаций, направленности личности, мотивации в деятельности, установок, убеждений, эмоций и	

<p>направленности личности, мотивации в деятельности, установок, убеждений, эмоций и чувств</p>	<p>и чувств ОПК-8.2. Уметь: формировать потребности человека, его ценностные ориентации, направленности личности, мотивации в деятельности, установок, убеждений, эмоций и чувств ОПК-8.3. Владеть: знанием потребностей человека, его ценностных ориентаций, направленности личности, мотивации в деятельности, установок, убеждений, эмоций и чувств</p>	<p>чувств Уметь: формировать потребности человека, его ценностные ориентации, направленности личности, мотивации в деятельности, установок, убеждений, эмоций и чувств Владеть: знанием потребностей человека, его ценностных ориентаций, направленности личности, мотивации в деятельности, установок, убеждений, эмоций и чувств</p>	
<p>ОПК-9 умение формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле</p>	<p>ОПК-9.1. Знать: социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле ОПК-9.2. Уметь: формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле ОПК-9.3. Владеть: умением формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле</p>	<p>Знать: социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле Уметь: формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле Владеть: умением формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле</p>	
<p>ПК-4 Умение изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и</p>	<p>ПК-4.1. Знать: современные достижения психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики для изучения коллектива и индивидуальных особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе</p>	<p>Знать: современные достижения психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики для изучения коллектива и индивидуальных особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры;</p>	

<p>передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий</p>	<p>занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры; технологию планирования и построения занятий          ПК-4.2. Уметь: изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий          ПК-4.3. Владеть: умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий</p>	<p>технологию планирования и построения занятий          Уметь: изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий          Владеть: умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий</p>	
--	--	---	--

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часов

##### Тематический план форма обучения – заочная

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической работы		
1	Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании	4	1-2	0,5	0,5			13	

2	Активизация деятельности учащихся в процессе физического воспитания	4	3-4	0,5	0,5			13	
3	Психологические основы обучения двигательным действиям	4	5-6	0,5	0,5		2	13	Рейтинг-контроль №1
4	Проявление и воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом	4	7-8	0,5	0,5			13	
5	Психологическая характеристика профессиональной деятельности учителя физической культуры и тренера	4	9-10	0,5	0,5			12	
6	Психология общения в спортивно-педагогической деятельности	4	11-13	0,5	0,5		2	12	Рейтинг-контроль №2
7	Профессионально-педагогическая направленность личности учителя физической культуры и тренера	4	14-16	0,5	0,5			12	
8	Особенности психических состояний в спорте	4	17-18	0,5	0,5		2	12	Рейтинг-контроль №3
Всего за 4 семестр:		4	18	4	4		6	100	Зачет
Наличие в дисциплине КП/КР									
Итого по дисциплине		4	18	4	4		6	100	Зачет

#### Содержание лекционных занятий по дисциплине

##### Тема №1. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании

Цель и задачи физического воспитания. Методы исследования в психологии физической культуры и спорта. Мотивация при занятиях физической культурой. Воспитательное воздействие физической культуры и спорта. Учет возрастных особенностей при воспитательной работе в условиях физкультурно-спортивной деятельности.

##### Тема № 2. Активизация деятельности учащихся в процессе физического воспитания

Виды активности и факторы, ее обуславливающие. Способы повышения активности учащихся на уроке. Особенности внимания учащихся при занятиях физической культурой.

##### Тема №3. Психологические основы обучения двигательным действиям

Теории построения и управления двигательным действием. Предпосылки к обучению спортивным упражнениям. Функции преподавателя в процессе обучения движениям. Представление о движении. Алгоритмизация при обучении спортивным действиям. Индивидуализация обучения спортивным действиям.

##### Тема 4. Проявление и воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом

Проявление воли при выполнении физических упражнений. Возрастные проявления воли. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.

##### Тема 5 Психологическая характеристика профессиональной деятельности учителя физической культуры и тренера

Структура спортивно-педагогической деятельности. Характеристика стилей руководства в спортивно-педагогической деятельности. Творческая активность учителя, тренера.

**Тема 6. Психология общения в спортивно-педагогической деятельности**

Взаимопонимание – предпосылка эффективности в общении. Стили педагогического общения и барьеры в общении. Коммуникативная компетентность как условие успешности педагогической деятельности.

**Тема 7. Профессионально-педагогическая направленность личности учителя физической культуры и тренера**

Понятие профессионально-педагогической направленности личности учителя физической культуры и тренера. Интерес к спортивно-педагогической деятельности. Формирование профессионального интереса к спортивно-педагогической деятельности. Склонность к педагогической деятельности.

**Тема 8. Особенности психических состояний в спорте**

Психическое состояние. Компоненты психического состояния. Признаки психического перенапряжения. Психологические особенности соревнования. Интегративная модель психической активности.

**Содержание практических занятий по дисциплине**

**Тема №1. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании**

План

1. Цель и задачи физического воспитания.
2. Методы исследования в психологии физической культуры и спорта.
3. Мотивация при занятиях физической культурой
4. Воспитательное воздействие физической культуры и спорта
5. Учет возрастных особенностей при воспитательной работе в условиях физкультурно-спортивной деятельности

Литература

- Бабушкин, Г. Д. Психология деятельности тренера / Г. Д. Бабушкин [и др.] – Томск : ТПУ, 2006.
- Ильин, Е. П. Психология физического воспитания / Е. П. Ильин. – СПб, 2000.
- Общая и спортивная психология / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000.
- Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала, 2002.
- Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.
- Психология физического воспитания и спорта : учебник для физкультурных вузов / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.
- Основы спортивной психологии / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000

**Тема № 2. Активизация деятельности учащихся в процессе физического воспитания**

План

1. Виды активности и факторы, ее обуславливающие
2. Способы повышения активности учащихся на уроке
- 3 Особенности внимания учащихся при занятиях физической культурой

Литература

- Бабушкин, Г. Д. Психология деятельности тренера / Г. Д. Бабушкин [и др.] – Томск : ТПУ, 2006.
- Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала, 2002.

Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.  
 Психология физического воспитания и спорта : учебник для физкультурных вузов / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.

### **Тема №3. Психологические основы обучения двигательным действиям**

#### План

1. Теории построения и управления двигательным действием
2. Предпосылки к обучению спортивным упражнениям
3. Функции преподавателя в процессе обучения движениям
4. Представление о движении
5. Алгоритмизация при обучении спортивным действиям
6. Индивидуализация обучения спортивным действиям

#### Литература

Бабушкин, Г. Д. Психология деятельности тренера / Г. Д. Бабушкин [и др.] – Томск : ТПУ, 2006.  
 Общая и спортивная психология / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000.  
 Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.  
 Основы спортивной психологии / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000

### **Тема 4. Проявление и воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом**

#### План

1. Проявление воли при выполнении физических упражнений
2. Возрастные проявления воли
3. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом

#### Литература

Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала, 2002.  
 Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.  
 Психология физического воспитания и спорта : учебник для физкультурных вузов / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.  
 Основы спортивной психологии / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000

### **Тема 5 Психологическая характеристика профессиональной деятельности учителя физической культуры и тренера**

#### План:

1. Структура спортивно-педагогической деятельности
2. Характеристика стилей руководства в спортивно-педагогической деятельности
3. Творческая активность учителя, тренера

#### Литература

Бабушкин, Г. Д. Психология деятельности тренера / Г. Д. Бабушкин [и др.] – Томск : ТПУ, 2006.  
 Ильин, Е. П. Психология физического воспитания / Е. П. Ильин. – СПб, 2000.  
 Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала, 2002.  
 Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.  
 Основы спортивной психологии / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000

### **Тема 6. Психология общения в спортивно-педагогической деятельности**

План:

1. Взаимопонимание – предпосылка эффективности в общении
2. Стили педагогического общения и барьеры в общении
3. Коммуникативная компетентность как условие успешности педагогической деятельности

Литература

- Бабушкин, Г. Д. Психология деятельности тренера / Г. Д. Бабушкин [и др.] – Томск : ТПУ, 2006.
- Ильин, Е. П. Психология физического воспитания / Е. П. Ильин. – СПб, 2000.
- Общая и спортивная психология / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000.
- Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала, 2002.
- Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.
- Психология физического воспитания и спорта : учебник для физкультурных вузов / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.
- Основы спортивной психологии / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000

### **Тема 7. Профессионально-педагогическая направленность личности учителя физической культуры и тренера**

План:

1. Понятие профессионально-педагогической направленности личности учителя физической культуры и тренера
2. Интерес к спортивно-педагогической деятельности
3. Формирование профессионального интереса к спортивно-педагогической деятельности
4. Склонность к педагогической деятельности

Литература

- Бабушкин, Г. Д. Психология деятельности тренера / Г. Д. Бабушкин [и др.] – Томск : ТПУ, 2006.
- Ильин, Е. П. Психология физического воспитания / Е. П. Ильин. – СПб, 2000.
- Общая и спортивная психология / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000.
- Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала, 2002.
- Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.
- Психология физического воспитания и спорта : учебник для физкультурных вузов / под ред. А. В. Родионова. – М., 2004.
- Основы спортивной психологии / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. М. Мельникова. – Омск, 2000

### **Тема 8. Особенности психических состояний в спорте**

План:

1. Психическое состояние.
2. Компоненты психического состояния.
3. Признаки психического перенапряжения.
4. Психологические особенности соревнования.
5. Интегративная модель психической активности.

Литература

- Спортивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие для физкультурных вузов / А.Л. Попов. - 4-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА, 2017



Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2022

Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021

Спортивная психология : учебник для вузов / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2021.

## **5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **5.1. Текущий контроль успеваемости**

#### **Рейтинг-контроль №1**

1. Психологические критерии ориентации и отбора в спортивной деятельности.
2. Моральная сторона отбора и биологические критерии ориентации и отбора.
3. Научение и формирование умений и навыков в спортивной деятельности.
4. Психофизиологическое обоснование дидактических принципов обучения в спортивной тренировке.
5. Личность и ее формирование в процессе занятий физической культурой и спортом.
6. Спортивные команды как малые группы и коллективы.
7. Лидерство и его влияние на успешность деятельности команды.

#### **Рейтинг-контроль №2**

1. Сплоченность команд и ее влияние на успешность деятельности.
2. Тренеры и учителя физического воспитания как руководители и воспитатели.
3. Психологические характеристики деятельности учителя физической культуры и тренера.
4. Психологические основы профессионального мастерства учителя физической культуры.
5. Стили деятельности и руководства учителей физической культуры и тренеров.
6. Общая характеристика педагогического общения в процессе 20 занятий физической культурой и спортом.
7. Формы воздействия учителя физической культуры на учащихся в процессе педагогического общения.

#### **Рейтинг-контроль №3**

- 1 Формирование нравственности школьников в процессе занятий физической культурой.
- 2 Воспитание учащихся с отклонениями от норм поведения в процессе занятий физической культурой и спортом.
- 3 Развитие самостоятельности и формирование активной жизненной позиции школьников в процессе занятий спортом и физической культурой.
- 4 Внимание в учебной деятельности учащихся в процессе занятий спортом и физической культурой.
- 5 Активность учащихся на уровне физической культуры и факторы ее обуславливающие.
- 6 Способы повышения учебной активности школьников на уроках физической культуры.

### **5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины – зачет**

### Примерные вопросы к зачету

1. Предмет и задачи физического воспитания и спорта.
2. Возникновение и современное состояние психологии физического воспитания и спорта.
3. Возникновение и развитие психологии физического воспитания в России.
4. Основные проблемы психологии физического воспитания и спорта. ее связь с другими областями психологических наук.
5. Методы исследования психологии физического воспитания и спорта.
6. Значение психологии физического воспитания и спорта в педагогической подготовке будущих преподавателей физической культуры.
7. Психологическая характеристика деятельности учителя физкультуры и ее этапы.
8. Общие задачи и функции учителя физкультуры в процессе педагогической деятельности.
9. Формы и условия деятельности учителя физической культуры.
10. Авторитет и педагогическая направленность личности учителя физкультуры.
11. Знания (эрудиция) учителя физкультуры.
12. Умения учителя физической культуры.
13. Профессионально-важные качества учителя физической культуры.
14. Критерии эффективности деятельности и способы повышения профессионального мастерства учителя физической культуры.
15. Деятельность в процессе физического воспитания и занятий спортом (понятие, особенности, структура спортивной деятельности).
16. Удовлетворение потребностей человека в процессе физического воспитания и занятий спортом.
17. Цели спортивной деятельности и уровень притязаний спортсменов.
18. Мотивы занятий спортом и физической культурой и их учет при ориентации и отборе.
19. Возрастные особенности проявления интересов и проявляющихся на их базе мотивов в процессе физического воспитания в школе.
20. Общее представление о стилях спортивной деятельности.
21. Стили деятельности учителя физической культуры.
22. Стили руководства учителя физической культуры.
23. Предпочтение учителями определенных контингентов учащихся и учет закономерностей возрастного развития школьников.
24. Определение лидерства, силогенности и статуса учащихся в малых группах и спортивных командах.
25. Оперативное мышление и его типы у спортсменов предпочитающих различные виды спортивной деятельности.
26. Представление И.П. Павлова о динамическом стереотипе и особенности динамических стереотипов двигательных навыков.
27. Перенос, интерференция и деавтоматизация навыков и их значение для технической подготовки.
28. Психологический анализ плато и кривой упражнения и его значение для эффективности процессов обучения и формирования двигательных навыков.
29. Определение и классификация малых групп.
30. Признаки и уровни развития спортивных команд как малых групп.
31. Референтные группы и структура спортивной команды.

32. Влияние коллектива на формирование личности спортсмена.
33. Характеристика педагогического общения и его виды.
34. Средства общения учителя физической культуры с учащимися.
35. Культура речи и факторы, обуславливающие эффективность общения.
36. Педагогический такт и формирование умения общения.
37. Подготовка спортсмена к деятельности и возникновение предстартового возбуждения.
38. Непосредственная подготовка спортсмена к деятельности.
39. Состояние напряженности, возникающее в процессе подготовки.
40. Истинное и ложное устойчивое состояние.
41. Развитие самостоятельности и формирование общественной активности на занятиях физической культурой.
42. Монотонная деятельность в тренировочном процессе и состояния, вызываемые ею.
43. Возникновение эмоциональной напряженности, возникающее в процессе деятельности.
44. Состояние утомления и психофизиологические теории состояния утомления.
45. Состояние операционной напряженности, возникающее в процессе деятельности.
46. Конфликтные ситуации и условия возникновения конфликта учителя физической культуры с учащимися.
47. Фазовость и гетерескоростность показателей восстановления.
48. Типы конфликтных личностей и методики их определения.
49. Основные правила поведения учителя и тренера в конфликтной ситуации.
50. Состояния, связанные с оценкой результатов спортивной деятельности.
51. Психофизиологические состояния как системная реакция личности.
52. Сущность внимания в учебной деятельности, ее роль в обучении.
53. Виды внимания и их механизмы.
54. Особенности использования различных видов внимания на уроке физической культуры.
55. Свойства внимания и их проявление при выполнении физических упражнений.
56. Невнимательность учащихся, ее причины и последствия.
57. Возрастные особенности внимания школьников.
58. Способы поддержания устойчивого внимания на уроке физической культуры.
59. Виды активности учащихся на уроке физической культуры.
60. Интерес и удовлетворенность к физической культуре как фактор повышения активности учащихся на уроке физической культуры.
61. Роль биологического фактора в проявлении школьниками двигательной активности.
62. Способы повышения учебной активности школьников на уроках физической культуры.
63. Отметка и ее психологическое воздействие.
64. Формы воздействия учителя физической культуры на учащихся в процессе педагогического общения.
65. Проявление внимания к учащемуся и просьба учителя.
66. Требования учителя физической культуры и их аргументация.
67. Убеждение, внушение, принуждение учителем учащегося.
68. Оценка действий и поступков учащихся, поощрение и наказание.

69. Воспитание учащихся с отклонениями от норм поведения в процессе занятий физической культурой.
70. Сплоченность и совместимость спортивных команд и учебных групп.
71. Лидеры и лидерство в спортивной команде и классе. Классификация видов лидерства.
72. Прикладное значение различных видов спорта для развития профессионально-важных психических и психомоторных качеств.
73. Экспресс методы изучения личности школьников и спортсменов.
74. Роль типологических особенностей проявлений, способностей и формирование склонности к определенному виду спорта.
75. Возрастные особенности эмоциональной и волевой сферы личности учащихся.

### 5.3. Самостоятельная работа обучающегося.

*Вид самостоятельной работы* – контрольные вопросы.

*Порядок выполнения и контроль самостоятельной работы.* Задание выполняется учащимися в течение всего семестра с опорой на рекомендуемую литературу, дополнительные источники (пункт 6) и защищаются в период прохождения рейтинг-контролей № 1, 2, 3.

#### Контрольные вопросы

1. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе.
2. Факторы, способствующие повышению активности на уроках физической культуры.
3. Причины динамики предсоревновательного психического напряжения 4.
4. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов.
5. Психологическое обеспечение тактической подготовки спортсменов.
6. Психологические особенности планирования тактических действий спортсмена и реализации плана.
8. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям.
9. Авторитет учителя физической культуры.
10. Особенности взаимоотношений в системе «тренер-спортмен».
11. Особенности взаимоотношений в системе «спортмен-спортмен».
12. Психология спортивного отбора.
13. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям.
14. Спортивная деятельность.
15. Личность спортсмена.
16. Личность тренера.
17. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
18. Специальная психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
19. Мотивация спортивной деятельности.

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
Основная литература*		

1. Спортивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие для физкультурных вузов / А.Л. Попов. - 4-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА	2017	<a href="https://e.lanbook.com/book/60743">https://e.lanbook.com/book/60743</a>
2. Развитие личностных качеств обучающихся в учебной и спортивной деятельности: Учеб. пособие / Под ред. Г. А. Кузьменко. - М.: Прометей	2015	<a href="https://profspo.ru/books/58194">https://profspo.ru/books/58194</a>
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.]; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт,	2022	<a href="https://urait.ru/bcode/489183">https://urait.ru/bcode/489183</a>
<b>Дополнительная литература</b>		
1. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт	2021	<a href="https://urait.ru/bcode/472470">https://urait.ru/bcode/472470</a>
2. Спортивная психология : учебник для вузов / В. А. Родионов [и др.]; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт	2021	<a href="https://urait.ru/bcode/469041">https://urait.ru/bcode/469041</a>

## 6.2. Периодические издания

1. Журнал «Вопросы психологии» изд-во ИП РАО г. Москва
2. Журнал «Психологическая наука и образование» изд-во МГППУ г. Москва
3. Журнал «Московский психотерапевтический журнал» изд-во МГППУ г. Москва
4. Журнал «Культурно-историческая психология» изд-во МГППУ г. Москва
5. «Журнал практической психологии и психоанализа» изд-во института практической психологии и психоанализа г. Москва

## 6.3. Интернет-ресурсы


1. Научная библиотека ВлГУ: <http://library.vlsu.ru>
2. Энциклопедия практической психологии ПСИХОЛОГОС <http://psychologos.com/>
3. <http://psi.webzone.com/>
4. <http://cis-detectives.com/>


## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории оснащены экраном, переносной мультимедийным проектором, ноутбуком.


Перечень используемого лицензионного программного обеспечения Word, Excel, PowerPoint.

Рабочую программу составил к.п.с.н., доцент Филатова О.В.   
(ФИО, подпись)

Рецензент  
(представитель работодателя) Крылова Т.А. медицинский психолог ГКУЗ ВО «ОПБ №1»   
(место работы, должность, ФИО, подпись)


Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии личности и специальной педагогики

Протокол № 11 от 23.06.21 года

Заведующий кафедрой О.В. Филатова   
(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 49.03.02.

Протокол № 1 от 30.08.21 года

Председатель комиссии  / Богочренова Т.Г.  
(ФИО, подпись)