



Подписан: Бахтияров
Ренат Анварьевич
Основание: я
подтверждаю этот
документ своей
удостоверяющей
подписью
Дата: 2026-06-25 21:45:
21

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева

Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике

А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ВВЕДЕНИЕ В СПОРТИВНУЮ ПСИХОЛОГИЮ

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1

Семестр – 1

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт (1 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	6
5. Содержание дисциплины	6
5.1 Количество часов по видам занятий.....	6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	7
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	7
5.2.2 Содержание практических занятий.....	9
6. Самостоятельная работа	17
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	21
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	21
7.2 Типовые контрольные задания	24
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	24
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	24
7.2.3 Вопросы к зачету.....	29
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	31
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	33
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	33
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	36

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта.

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Введение в спортивную психологию» реализуется в рамках обязательной части учебного плана Блока 1, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Введение в спортивную психологию» состоит из двух самостоятельных разделов: спортивная психология как отрасль психологической науки, история становления и развития спортивной психологии.

Учебный процесс по дисциплине «Введение в спортивную психологию» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекционных и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.

ОПК-5. Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.

ОПК-8. Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений.

ПК-7. Способен изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, российский и зарубежный опыт по тематике исследований, планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования.

ПК-13. Способен определять приоритеты при решении актуальных проблем и задач организационно-управленческой деятельности

ПК-19. Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта;	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6	УК-1
– особенности индивидуальных различий спортсменов;	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6, Н/02.7	УК-5
– современные методы психологических наблюдений, тестирования	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ПК-7
– актуальные направления научных	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6	ОПК-8

исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)		
Уметь:		
– самостоятельно анализировать научную литературу;	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ОПК-8
– применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки,	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6, Н/03.7	УК-1
– анализировать новейшие подходы в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/04.7	ПК-1
– использовать инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования;	ПС 05.003 «Тренер» В/03.5, Д/04.6	ПК-7
– обобщать накопленный материал в области управления психологической подготовкой;	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6, Е/02.6	ПК-13
– формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ОПК-5
Иметь опыт:		
– проведения публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам психологической подготовки	ПС 05.003 «Тренер» А/04.5	ПК-19
– применения психологических знаний в тренерской деятельности	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6, Н/03.7	ПК-13
– анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки	ПС 05.003 «Тренер» В/02.5, С/01.6	ПК-7
– инициирования мероприятий в целях профессионального и личностного развития работников путем их направления на лекции, семинары в соответствии с профессиональной специализацией и уставными целями организации, осуществляющей спортивную подготовку	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/03.7	ПК-7
– использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации в соревновательной деятельности	ПС 05.003 «Тренер» В/03.5, С/01.6	УК-5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Введение в спортивную психологию» относится к базовой части блока 1 Б1.О.01.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: психология, психология физической культуры. Дисциплина «Введение в спортивную психологию» является предшествующей для следующих дисциплин: «Психология спортивной карьеры», «Психология личности спортсмена», «Современные технологии психологического тренинга и Т-игр», «Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Введение в спортивную психологию» имеет трудоёмкость, равную 4 зачётным единицам (144 часа).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			1
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		18	18
Лекции		4	4
Практические занятия		14	14
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>		4	4
<i>Самостоятельная работа</i>		122	122
Общая трудоемкость	Часы	144	144
	ЗЕ	4	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Спортивная психология как отрасль психологической науки.				
1.1. Объект, предмет, задачи и методы спортивной психологии.	14	2	2	10
1.2. Психологическая характеристика спортивной деятельности, ее структура, психология экстремальной дея-	24	2	2	20

тельности.				
1.3. Психографический анализ видов спорта, психология избранного вида спорта, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.	22		2	20
Раздел 2. История становления и развития спортивной психологии.				
2.1. Характеристика этапов становления и развития отечественной и зарубежной спортивной психологии.	14		2	12
2.2. Основные научные школы спортивной психологии, направления психологических исследований в спорте.	22		2	20
2.3. Международные и региональные организации психологов спорта, научно-практические мероприятия по спортивной психологии.	22		2	20
2.4. Особенности работы спортивного психолога в различных организациях Российской Федерации.	22		2	20
Дифференцированный зачет	4			
Всего:	144	4	14	122

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (4 часа)

Раздел 1. Спортивная психология как отрасль психологической науки

Тема 1.1. Объект, предмет, задачи и методы спортивной психологии (2 часа)

1. Деятельностный, предметно-ценностный и результативный подходы к изучению психологии физической культуры.

2. Структура психологии физической культуры: психология физического воспитания и спортивная психология (объект и предмет).

3. Задачи спортивной психологии.

4. Межотраслевые и межпредметные связи спортивной психологии.

5. Методы исследования спортивной психологии.

Литература:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

2. Карандашев, В. Н. Введение в профессию: психолог : учебник и практикум для вузов / В. Н. Карандашев. — 7-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 476 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12213-8. — Текст : электронный // Образовательная

платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536704> (дата обращения: 22.05.2024).

3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: структуры психологии физической культуры и спорта, основных категорий и понятий спортивной психологии; объекта, предмета и методов спортивной психологии;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, осуществлять постановку актуальных задач спортивной психологии; устанавливать межпредметные и междотраслевые связи;

навыков: работы с научно-методической литературой, применения деятельностного, предметно-ценностного и результативного подходов к изучению психологии физической культуры, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 8), профессиональных (ПК – 7, 13, 19).

Тема 1.2. Психологическая характеристика спортивной деятельности, ее структура, психология экстремальной деятельности (2 часа)

1. Психологическая характеристика уровней спорта: массового, высших достижений и профессионального.

2. Психологическая характеристика спортивной деятельности.

3. Психологическая структура спортивной деятельности.

4. Психологическая классификация видов спорта.

5. Психология экстремальной деятельности.

Литература:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под

редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

5. Полиевский, С. А. Профессиональная и военно-прикладная физическая подготовка на основе экстремальных видов спорта : монография / С. А. Полиевский, Р. Т. Раевский, Г. А. Ямалетдинова ; под научной редакцией С. А. Полиевского, Г. А. Ямалетдиновой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 378 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-13308-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543609> (дата обращения: 22.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: психологических особенностей спортивной деятельности, ее структуры; классификации видов спорта и соревновательных упражнений, особенностей экстремальной деятельности;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа спортивной деятельности и проектирования;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа психологических особенностей вида спорта, условий тренировки и соревнований, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 8), профессиональных (ПК – 7, 13, 19).

5.2.2. Содержание практических занятий

Раздел 1. Спортивная психология как отрасль психологической науки

Тема 1.1. Объект, предмет, задачи и методы спортивной психологии (2 часа)

Практическое занятие №1

Ход занятия: деятельностный, предметно-ценностный и результативный подходы к изучению психологии физической культуры; структура психологии физической культуры: психология физического воспитания и спортивная психология, методы исследования спортивной психологии: организационные, эмпирические (наблюдение, эксперимент, психодиагностика, ана-

лиз продуктов деятельности), количественно-качественного анализа и интерпретационные.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: задачи спортивной психологии; объект и предмет спортивной психологии и психологии физического воспитания, достоинства и недостатки методов исследования спортивной психологии.

Групповая дискуссия на тему: «Межотраслевые и межпредметные связи спортивной психологии», «Инновационные методы спортивной психологии».

Литература:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: структуры психологии физической культуры и спорта, объекта, предмета спортивной психологии; основных методов спортивной психологии, возможностей их использования в практике спорта, инновационных методов;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, осуществлять постановку актуальных задач спортивной психологии; устанавливать межпредметные и межотраслевые связи; выделять достоинства и недостатки эмпирических методов спортивной психологии;

навыков: работы с научно-методической литературой, применения деятельностного, предметно-ценностного и результативного подходов к изучению психологии физической культуры; использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 8), профессиональных (ПК – 7, 13, 19).

Тема 1.2. Психологическая характеристика спортивной деятельности,
ее структура, психология экстремальной деятельности (2 часа)

Практическое занятие №2

Ход занятия: психологическая характеристика спорта с точки зрения теории деятельности, специфические особенности спортивной деятельности, сравнительная характеристика уровней спорта, классификация видов спорта, психологическая структура спортивной деятельности; цели и мотивы занятий спортом на различных этапах занятий спортом; средства и способы осуществления спортивной деятельности, основные результаты в узком и широком смысле слова; понятия экстремальная ситуация и деятельность, опасность, риск, травма; классификация соревновательных ситуаций экстремального характера; психологический анализ экстремальных видов спорта (парашютный спорт, дайвинг, автоспорт, альпинизм и др.).

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: систематизация видов спорта и соревновательных упражнений Т.Т.Джамгарова по критериям взаимодействия и противоборства; соревновательные стресс-факторы внешней и внутренней неопределенности, внешней и внутренней значимости.

Групповая дискуссия на тему: «Массовый, профессиональный и спорт высших достижений», «Склонность к риску».

Литература:

1. Мельник, Е. В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

5. Кочеткова, С.В Экстремальность спорта как средство психического самосовершенствования. [Текст] – Электронный ресурс: URL: <https://clck.ru/VexuZ>

6. Ильин Е. П. Психология риска / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 288 с. — URL: https://vk.com/wall-144549152_2856

7. Экстремальная деятельность человека. Научно-методический журнал / №2 (43)/2017 – Электронный ресурс: URL: https://bushido.ru/files/books/method/kb/ext_17-2.pdf (дата обращения: 16.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: психологических особенностей спортивной деятельности, ее структуры; классификации видов спорта и соревновательных упражнений; психологических особенностей экстремальной спортивной деятельности, ее структуры; понятий экстремальная ситуация и деятельность, опасность, риск, травма экстремальная ситуация и деятельность, опасность, риск, травма;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа спортивной деятельности и проектирования; определять и классифицировать соревновательные экстремальные ситуации;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа психологических особенностей вида спорта и особенностей экстремальных видов спорта, условий тренировки и соревнований, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 8), профессиональных (ПК – 7, 13, 19).

Тема 1.3. Психографический анализ видов спорта, психология избранного вида спорта, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (2 часа)

Практическое занятие №3

Ход занятия: методологические принципы и основные этапы психографического анализа спортивной деятельности; психографический анализ деятельности с учетом специфики вида спорта; соревнование как деятельность в экстремальных условиях, его психологические особенности. Психические состояния спортсменов как проявление соревновательного стресса. Причины неблагоприятных соревновательных состояний спортсменов. Психологические особенности тренировочной деятельности. Тренировочная нагрузка, адаптация к нагрузке и ее моделирование. Соотношение физической и психической нагрузки на тренировке.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: психолого-педагогический анализ сложнокоординационных, игровых, циклических видов спорта, единоборств; тренировочные состояния спортсменов, возникающие под влиянием физических и психических нагрузок; психическое напряжение и перенапряжение в учебно-тренировочном процессе.

Защита презентаций на тему: «Психология избранного вида спорта».

Групповая дискуссия на тему: Понятие невротических реакций в спорте, их общая характеристика и причины возникновения.

Литература:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: психологических особенностей различных видов спорта; методологических принципов и основных этапов психографического анализа спортивной деятельности; психологических особенностей учебно-тренировочной и соревновательной деятельности; психических соревновательных и тренировочных состояний спортсмена;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, проводить психолого-педагогический анализ сложнокоординационных, игровых, циклических видов спорта, единоборств;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа психологических особенностей вида спорта, условий тренировки и соревнований, определения соотношения физической и психической нагрузки на тренировке, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 8), профессиональных (ПК – 7, 13, 19).

Раздел 2. История становления и развития спортивной психологии.

Тема 2.1. Характеристика этапов становления и развития отечественной и зарубежной спортивной психологии (2 часа)

Практическое занятие №4.

Ход занятия: предпосылки возникновения спортивной психологии, вклад педагогов, физиологов, психологов в становление спортивной психологии. Этапы развития отечественной спортивной психологии. Этапы развития спортивной психологии за рубежом.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: Спортивная психология на современном этапе.

Защита презентаций на тему: Спортивная психология в Европе, США, Китае и др.

Литература:

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

2. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

3. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

4. Журнал «Психология и педагогика спортивной деятельности» («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

5. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. — СПб. : Питер, 2002. — 384 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: предпосылок возникновения спортивной психологии, вклада отечественных педагогов, физиологов, психологов в становление спортивной психологии; этапов развития спортивной психологии за рубежом, особенностей развития спортивной психологии в Европе, США, Китае и др.;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, выделять этапы развития отечественной спортивной психологии, определять актуальные проблемы развития спортивной психологии на современном этапе;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа основных научных школ и вклада спортивных психологов в развитие отрасли.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 8), профессиональных (ПК – 7, 13, 19).

Тема. 2.2. Основные научные школы спортивной психологии, направления психологических исследований в спорте (2 часа)

Практическое занятие №5

Ход занятия: основные научные школы спортивной психологии (Московская, Санкт-Петербургская, Краснодарская, Омская и др.) Основные идеи и труды основоположников спортивной психологии (А.Ц.Пуни, П.А.Рудик).

Групповая дискуссия на тему: «Научные школы спортивной психологии».

Презентация на тему: «Вклад спортивных психологов в развитие отрасли».

Литература:

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под

редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

2. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

3. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

4. Журнал «Психология и педагогика спортивной деятельности» («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

5. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. — СПб. : Питер, 2002. — 384 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: предпосылок возникновения спортивной психологии и основных научных школ, основных идей и трудов основоположников спортивной психологии;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, определять актуальные проблемы развития спортивной психологии на современном этапе;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа основных научных школ и вклада спортивных психологов в развитие отрасли.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 8), профессиональных (ПК – 7, 13, 19).

Тема 2.3. Международные и региональные организации психологов спорта, научно-практические мероприятия по спортивной психологии (2 часа)

Практическое занятие №6

Ход занятия: Международные организации психологов спорта: Международное общество спортивной психологии (IPSS), Европейская федерация психологов спорта (FEPSAC) и др.; региональные организации психологов спорта; научные и практические мероприятия по спортивной психологии (конференции, совещания, съезды, симпозиумы, конгрессы);

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: актуальные научные направления конференций по спортивной психологии.

Групповая дискуссия на тему: «Онлайн и офлайн конференция по спортивной психологии».

Презентация на тему: «Направления работы международных организаций психологов спорта».

Литература:

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум

для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

2. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

3. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

4. Журнал «Психология и педагогика спортивной деятельности» («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

5. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. — СПб. : Питер, 2002. — 384 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных направлений работы международных и региональных организаций по спортивной психологии; актуальные задачи международных и региональных организаций спортивных психологов;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать основные направления научно-практических конференций по спортивной психологии;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа актуальных проблем развития спортивной психологии на современном этапе.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 8), профессиональных (ПК – 7, 13, 19).

Тема 2.4. Особенности работы спортивного психолога в различных организациях Российской Федерации (2 часа)

Практическое занятие №7

Ход занятия: особенности взаимодействия психолога со спортсменами; работа спортивного психолога в детско-юношеских спортивных школах и спортивных секциях, с олимпийским резервом и в национальных командах Российской Федерации.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: виды психологической помощи спортсменам, сравнительный анализ работы психолога с различным контингентом и уровнем мастерства.

Групповая дискуссия на тему: «Психолог в национальной команде».

Литература:

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под

редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

2. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

3. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

4. Журнал «Психология и педагогика спортивной деятельности» («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

5. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. — СПб. : Питер, 2002. — 384 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных направлений психологических исследований в спорте и актуальных проблем спортивной психологии; особенностей взаимодействия психолога со спортсменами различного уровня мастерства;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии; выделять особенности работы спортивного психолога в детско-юношеских спортивных школах и спортивных секциях,;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа основных направлений работы психолога с олимпийским резервом и в национальных командах Российской Федерации научных школ.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 8), профессиональных (ПК – 7, 13, 19).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Объект, предмет, задачи и методы спортивной психологии.	10	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Психологическая характеристика спортивной деятельности, ее структура, психология экстремальной деятельности.	20	Письменная работа. Устное собеседование
3.	Психографический анализ видов спор-	20	Письменная работа.

	та, психология избранного вида спорта, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.		Презентация
4.	Характеристика этапов становления и развития отечественной и зарубежной спортивной психологии.	12	Устное собеседование
5.	Основные научные школы спортивной психологии, направления психологических исследований в спорте.	20	Выступление на занятиях, дискуссия
6.	Международные и региональные организации психологов спорта, научно-практические мероприятия по спортивной психологии.	20	Письменная работа. Устное собеседование
7.	Особенности работы спортивного психолога в различных организациях Российской Федерации.	20	Презентация. Письменная работа.
Итого		122	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. — 257 с.

Дополнительная:

6. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
7. Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс]/ С.К. Багадирова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 198 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>
8. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
9. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.
10. Ильин Е. П. Психология риска / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 288 с. — URL: https://vk.com/wall-144549152_2856
11. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 530 с.
12. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
13. Михалькова, Е. И. Экстремальная спортивная деятельность / Е. И. Михалькова, С. А. Радченко. — Текст : непосредственный // Исследования молодых ученых : материалы LXV Междунар. науч. конф. (г. Казань, сентябрь 2023 г.). — Казань : Молодой ученый, 2023. — С. 172-185. — URL: <https://moluch.ru/conf/stud/archive/499/18126/> (дата обращения: 16.05.2024).
14. Психографический анализ спортивной деятельности и классификация психических качеств, определяющих уровень выступлений спортсменов на соревнованиях : метод. рекомендации / сост. М. В. Ермолаева, Н. А. Худатов ; Всесоюз. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – М., 1983. – 20 с.
15. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
16. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
17. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539186>.

18. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс] / В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

19. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 384 с.

20. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б. Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.

21. Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учеб. пособие / Б.П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.

22. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

Темы рефератов:

1. Значение спортивной психологии в подготовке спортсменов.
2. Роль психолога в достижениях спортсмена
3. Тренер или психолог – может ли тренер заменить психолога./
4. Взаимодействие в системе «спортсмен – психолог – тренер».
5. Основные направления работы зарубежных психологов спорта: Китай, Армения, Республика Беларусь, Польша, Румыния, Болгария, Германия, Франция, Италия, США и др.
6. Психодиагностика как актуальное направление психологических исследований в спорте.
7. Модельные характеристики спортсменов как актуальное направление психологических исследований в спорте.
8. Психомоторика спортсмена как актуальное направление психологических исследований в спорте.
9. Стресс и тревога в спорте как актуальное направление психологических исследований в спорте.
10. Психорегуляция как актуальное направление психологических исследований в спорте.
11. Психологическое обеспечение спортивной деятельности как актуальное направление психологических исследований в спорте.,
12. Социально-психологические аспекты подготовки спортсменов и команд как актуальное направление психологических исследований в спорте.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/04.7 Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки	Знает: предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта; Умеет: применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы
УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	Знает: особенности индивидуальных различий спортсменов; Умеет: использовать систему стимулирования для формирования мотивации спортсменов, специалистов спортивной сборной команды Имеет опыт использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации в соревновательной деятельности
ОПК-5. Способен формировать	ПС «Тренер» С/03.6 Формирование разносто-	Знает: предмет и основные проблемы спортивной

общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.	ронней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки.	психологии в практике спорта; Умеет: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров Имеет опыт проведения психолого-педагогического анализа особенностей вида спорта
ОПК-8. Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений.	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знает: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Умеет: самостоятельно анализировать научную литературу Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта
ПК-7. Способен изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, российский и зарубежный опыт по тематике исследований, планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования.	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки В/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося В/02.5 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах	Знает: современные методы психологических наблюдений, тестирования; Умеет: использовать инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; Имеет опыт анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки; инициирования мероприятий в целях профессионального и личностного развития работников путем их направления на лекции, семинары в соответствии с профессиональной

	спортивно-оздоровительном, начальной подготовки С/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/03.7 Управление персоналом, осуществляющим спортивную подготовку	специализацией и уставными целями организации, осуществляющей спортивную подготовку
ПК-13. Способен определять приоритеты при решении актуальных проблем и задач организационно-управленческой деятельности	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: обобщать накопленный материал в области управления психологической подготовкой; Имеет опыт: применения психологических знаний в тренерской деятельности
ПК-19. Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности.	ПС 05.003 «Тренер» А/04.5 Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся	Знает: предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта; Умеет: использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров; Имеет опыт: проведения публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам психологической подготовки

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – дифференцированный зачёт (1 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Определите, исходя из описания, о каком психическом явлении идет речь:

«Одна из важнейших особенностей спортивной деятельности, составная ее часть, связующее звено между основными факторами и закономерностями психического развития, обеспечивающее совершенное владение техникой вида спорта, функциональная взаимосвязь психических процессов с движениями и деятельностью человека. К ней относят специализированные восприятия («чувство воды», «чувство мяча»...), все произвольно управляемые действия (в том числе – двигательные навыки), быстроту и точность реагирования»

А. психомоторика;

Б. надежность;

- В. предстартовая лихорадка;
 - Г. регуляция;
 - Д. воображение
2. *Какая из предложенных особенностей не характеризует спортивную деятельность?*
- А. цель – достижение результатов
 - Б. отсутствие зрителей**
 - В. физические и психические нагрузки;
 - Г. спортсмен является субъектом и объектом деятельности;
 - Д. сущностью деятельности является соревнование
3. *Какие выделяют основные формы взаимодействия спортсменов?*
- А. адаптация и сотрудничество;
 - Б. самооценка и творчество;
 - В. единоборство и конкуренция;
 - Г. соперничество и сотрудничество**
 - Д. взаимодействие и отрицание
4. *Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений разработана?*
- А. Т. Т. Джамгаровым**
 - Б. П.А. Рудиком;
 - В. А.Ц. Пуни;
 - Г. Г.Д. Горбуновым;
 - Д. А.В. Алексеевым
5. *Взаимодействие партнеров в спорте протекает как:*
- А. прямое противостояние;
 - Б. понимание себя;
 - В. взаимная помощь, согласование, координация совместных усилий**
 - Г. конфликтность между соперниками;
 - Д. понимание действий соперников
6. *Психология физической культуры и спорта – это*
- А. специальная отрасль психологической науки, изучающая закономерности проявления и развития психики в специфических условиях физического воспитания и спорта**
 - Б. наука, изучающая особенности спортсмена;
 - В. область психологии, посвященная закономерностям проявления и развития психики в условиях среднестатистического человека;
 - Г. наука о закономерностях проявления психики человека в условиях творческой деятельности;
 - Д. отрасль психологии, изучающая особенности деятельности
7. *Что не относится к задачам психологии ФКиС?*
- А. изучение психологических основ формирования личности спортсмена.
 - Б. разработка психоспортограмм.
 - В. разработка методов психорегуляции в спорте.

Г. изучение влияния качества спортивной экипировки на результативность спортивной деятельности.

Д. изучение психологических особенностей формирования здорового образа жизни.

8. *С какой наукой не связана психология ФКиС?*

А. психология развития.

Б. биомеханика.

В. сопротивление материалов

Г. теория и методика физического воспитания.

Д. спортивная медицина

9. *С чем не связаны специфические особенности деятельности в физическом воспитании и спорте?*

А. разницей в финансировании

Б. разницей в условиях.

В. разницей в целях и мотивах.

Г. разницей в средствах.

Д. разницей достигаемых результатов.

10. *Что не характерно для спорта высших достижений?*

А. укрепление здоровья.

Б. достижение наивысших результатов.

В. не обязателен для всех.

Г. основан на использовании физических упражнений.

Д. занимаются увлеченные, избранные люди

11. *Что не предполагают физическое воспитание и спорт?*

А. потребление алкогольных напитков

Б. развитие физических качеств.

В. развитие волевых качеств.

Г. развитие нравственных качеств.

Д. совершенствование всех структурных компонентов психики

12. *Что является продуктом деятельности в физическом воспитании?*

А. оздоровительный эффект

Б. психическое развитие.

В. эстетический эффект.

Г. интеллектуальное развитие.

Д. развитие креативности.

13. *Что является сущностью спортивной деятельности, особенно на уровне высших достижений?*

А. общение;

Б. экипировка;

В. соревнование

Г. проигрыш;

Д. гибкость

14. *Кто из перечисленных ученых не занимался изучением проблем спортивной психологии?*

А. А.Ц. Пуни

Б. П.А. Рудик

В. З. Фрейд

Г. Е.П. Ильин

Д. В.Г.Сивицкий

15. Кто из перечисленных ученых основал ленинградскую (Санкт-петербургскую) научную школу психологии спорта?

А. А.Ц. Пуни

Б. Л.С.Выготский

В. Д.Б.Эльконин

Г. А.С.Пушкин

Д. Р.М.Загайнов

16. Кто из перечисленных ученых возглавлял Московскую школу психологии спорта?

А. П.А. Рудик

Б. Б.Г.Ананьев

В. В.Л.Марищук

Г. А.Н.Толстой

Д. Д.И.Менделеев

17. Из каких разделов состоит ПФКиС?

А. психология физического воспитания и спортивная психология

Б. психология здоровья и патопсихология;

В. военная психология и психология труда;

Г. экспериментальная и дифференциальная психология;

Д. психологическое консультирование и психотерапия

18. Определите объект изучения спортивной психологии?

А. спортсмены, тренер, родители, психолог, болельщики, судьи;

Б. учащиеся, учитель физической культуры, педагогический процесс;

В. уроки физической культуры;

Г. общение родителей;

Д. мышцы спортсмена

19. Выделите характеристику физического воспитания?

А. направленность на укрепление здоровья, гармоническое развитие личности (оздоровительная)

Б. соревнование - обязательный и основной компонент деятельности;

В. цель – достижение максимальных результатов (победа);

Г. характер нагрузки – нарастающий, предельный, требующий максимальных физических и психических напряжений;

Д. направленность на развитие специальных способностей человека

20. В спортивной психологии используется классификация методов исследования, которую предложил?

А. Б.Г. Ананьев

Б. Н.А. Бернштейн.

В. В.Г. Сивицкий.

Г. Д.И.Менделеев

Д. А.Н.Толстой

21. Какой метод исследования относится к организационным?
- А. лонгитюдный**
 - Б. диагональный
 - В. диаметральный
 - Г. куммулятивный
 - Д. аналитический
22. Какой метод исследования относится к эмпирическим?
- А. психодиагностика**
 - Б. аналитический
 - В. диаметральный
 - Г. куммулятивный
 - Д. диагональный
23. Что предполагает лонгитюдный метод исследования?
- А. многолетнее обследование одних и тех же испытуемых**
 - Б. изучение различий в психологических характеристиках людей различного пола, возраста и т.д.
 - В. изучение одного и того же субъекта или явления
 - Г. выявление различий в доходах
 - Д. экспресс-изучение личности
24. Какой вид наблюдения не является методом исследования?
- А. включенное
 - Б. подсматривание**
 - В. сплошное
 - Г. выборочное
 - Д. самонаблюдение
25. Как называется метод исследования путем целенаправленной фиксации компонентов деятельности?
- А. эксперимент.
 - Б. анализ продуктов деятельности.
 - В. психодиагностика.
 - Г. наблюдение**
 - Д. анализ жизненных ситуаций
26. Какое требование не предъявляется к наблюдению как методу исследования?
- А. обеспечение финансирования**
 - Б. систематичность.
 - В. целенаправленность.
 - Г. преднамеренность.
 - Д. наличие критериев
27. Какой вид эксперимента не является методом исследования?
- А. европейский**
 - Б. естественный.
 - В. лабораторный.
 - Г. констатирующий.
 - Д. формирующий

28. Для чего используются методы количественного и качественного анализа?

А. обработки фактических данных исследования

Б. для анализа продуктов жизнедеятельности.

В. для анализа конкретных жизненных ситуаций

Г. для прогнозирования будущего.

Д. для улучшения настроения испытуемых

29. Какие методы не входят в классификацию методов исследования?

А. метеорологические

Б. организационные

В. эмпирические

Г. количественного и качественного анализа

Д. интерпретационные

30. К каким методам относятся проективные методики?

А. психодиагностические

Б. беседа

В. анкетирование

Г. биографический метод

Д. интервью

7.2.3 Вопросы к зачёту

1. Структура психологии физической культуры: спортивная психология, психология физического воспитания.

2. Деятельностный, предметно-ценностный и результативный подходы к изучению психологии физической культуры.

3. Объект, предмет и задачи спортивной психологии.

4. Характеристика методов исследования спортивной психологии.

5. Психологическая характеристика уровней спорта.

6. Психологическая характеристика спортивной деятельности, ее структура.

7. Психографический анализ видов спорта.

8. Психология избранного вида спорта.

9. Индивидуальный стиль деятельности.

10. Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

11. Психология экстремальной деятельности.

12. Предпосылки возникновения спортивной психологии, вклад отечественных педагогов, физиологов, психологов в ее становление.

13. Этапы развития отечественной спортивной психологии, их характеристика.

14. Основоположники спортивной психологии, их идеи и труды.

15. Основные научные школы спортивной психологии.

16. История развития спортивной психологии за рубежом.

17. Конференции, совещания, съезды, симпозиумы, конгрессы, посвященные проблемам спортивной психологии.

18. Международные и региональные организации психологов спорта. Международное общество спортивной психологии (IPSS). Европейская федерация психологов спорта (FEPSAC), Ассоциация спортивных психологов (АСП) и др.

19. Основные направления психологических исследований в спорте и психологической помощи спортсменам.

20. Зарубежные концепции психологической помощи спортсменам.

21. Особенности взаимодействия психолога со спортсменами.

22. Работа спортивного психолога в детско-юношеских спортивных школах и спортивных секциях, с олимпийским резервом и в национальных командах Российской Федерации.

Критерии оценки знаний на дифференцированном зачете

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. — 257 с.

Дополнительная:

6. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. — Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
7. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. — Текст: электронный// — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>
8. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.
9. Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс]/ С.К. Багадирова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа,

2015. – 198 с. – Текст: электронный//
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>

10. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учеб. пособие / Л.П. Грибкова. – Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010. – 152 с.

11. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.

12. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.

13. Ильин Е. П. Психология риска / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 288 с. — URL: https://vk.com/wall-144549152_2856

14. Кочеткова, С.В Экстремальность спорта как средство психического самосовершенствования. [Текст] – Электронный ресурс: URL: <https://clck.ru/VexuZ>

15. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 530 с.

16. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

17. Михалькова, Е. И. Экстремальная спортивная деятельность / Е. И. Михалькова, С. А. Радченко. — Текст : непосредственный // Исследования молодых ученых : материалы LXV Междунар. науч. конф. (г. Казань, сентябрь 2023 г.). — Казань : Молодой ученый, 2023. — С. 172-185. — URL: <https://moluch.ru/conf/stud/archive/499/18126/> (дата обращения: 16.05.2024).

18. Психографический анализ спортивной деятельности и классификация психических качеств, определяющих уровень выступлений спортсменов на соревнованиях : метод. рекомендации / сост. М. В. Ермолаева, Н. А. Худатов ; Всесоюз. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – М., 1983. – 20 с.

19. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

20. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

21. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539186>.

22. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

23. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 384 с.

24. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б. Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.

25. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>

6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>

7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>

8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>

9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>

10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого- педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последу-

ющей практической профессиональной деятельности—тренинговой и преподавательской.

Курс является дисциплиной предметной подготовки и разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала. Предлагаемый курс призван обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных ситуаций; деловые игры. Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя и обучающихся, а прежде всего их взаимная детерминация.

В процессе обучения используется метод самостоятельного изучения вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения:

- 1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;
- 2) психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности

Творческие задания:

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель.

Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной ра- боты
1.	Аудитория № 310 – помеще- ние для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информа- ции. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная маг- нитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помеще- ние для занятий семинарско- го типа, групповых занятий, индивидуальных консульта- ций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помеще- ние для занятий семинарско- го типа, групповых занятий, индивидуальных консульта- ций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помеще- ние для занятий семинарско- го типа, групповых занятий, индивидуальных консульта- ций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помеще- ние для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информа- ции. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1.

		Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

** Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agree	16.08.2016	Интернет-браузер

	ment/		
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



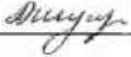
Е.В. Мельник

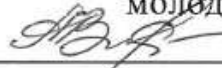
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1, 2

Семестр – 2, 3

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт (3 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	6
5. Содержание дисциплины	7
5.1 Количество часов по видам занятий.....	7
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	8
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	8
5.2.2 Содержание практических занятий.....	10
6. Самостоятельная работа	18
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	22
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	22
7.2 Типовые контрольные задания	25
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	25
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	25
7.2.3 Вопросы к зачету.....	26
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	28
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	32
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	32
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	35

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психофизиология спортивной деятельности» реализуется в рамках обязательной части учебного плана Блока 1, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 и 2 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психофизиология спортивной деятельности» состоит из четырех самостоятельных разделов: психофизиология как самостоятельная наука; высшая нервная деятельность человека, ее проявление в спорте; индивидуальный профиль асимметрии спортсмена; функциональные со-

стояния и биологические ритмы спортсмена. Учебный процесс по дисциплине «Психофизиология спортивной деятельности» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекционных и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-6. Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

ОПК-6. Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.

ОПК-9. Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.

ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена.

ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач.

ПК-18. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные методики психофизиологической и психологической диагностики субъектов спортивной деятельности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– предмет и основные проблемы психофизиологии в практике спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	УК-1
– технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	УК-6

– методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8	ОПК-6
– современные методы психофизиологического тестирования;	ПС 05.003 «Тренер», Е/03.6	ОПК-9
– способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-1
– объективные показатели, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5
– методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека;	ПС 05.003 «Тренер», В/02.5	ПК-18
Уметь:		
– самостоятельно анализировать научную литературу;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	УК-1
– формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров;	ПС 05.003 «Тренер», Н/04.7	УК-6
– использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6
– отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ОПК-9
– вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-1
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период подготовкой;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5
– давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности	ПС 05.003 «Тренер», D/01.6	ПК-18
Иметь опыт:		
– анализа новейшие подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного от-	ПС 05.008 «Руководитель организации (под-	УК-1

бора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы	разделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/04.7	
– мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/04.7	УК-6
– работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6
– организации мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной команды	ПС 05.003 «Тренер», Е/04.6	ОПК-9
– проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям	ПС 05.003 «Тренер», D/03.6, D/04.6	ПК-1
– использования адекватных средств, методов и форм формирования и поддержание благоприятного функционального состояния при подготовке к спортивным соревнованиям	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5
– анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося	ПС 05.003 «Тренер», А/03.5	ПК-18

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психофизиология спортивной деятельности» относится к базовой части блока 1 Б1.О.02.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 и 2 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: «Психология», «Психология физической культуры», «Введение в спортивную психологию», «Стресс и эмоциональное выгорание в спорте». Дисциплина «Психофизиология спортивной деятельности» является предшествующей для следующих дисциплин: «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции»; «Психология личности спортсмена».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Психофизиология спортивной деятельности» имеет трудоёмкость, равную 4 зачётным единицам (144 часа).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр	
			2	3
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		18	6	12
Лекции		4	2	2
Практические занятия		14	4	10
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>		4		4
<i>Самостоятельная работа</i>		122	42	80
Общая трудоемкость	Часы	144	48	96
	ЗЕ	4		

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Психофизиология как самостоятельная наука				
1.1. Место психофизиологии в системе наук и спортивной деятельности		2		10
1.2. Методы психофизиологии, их характеристика			2	16
Раздел 2. Высшая нервная деятельность человека, ее проявление в спорте				
2.1. Первая и вторая сигнальная система, ее взаимодействие и диагностика			2	16
2.2. Свойства нервной системы, их диагностика			2	16
Раздел 3. Индивидуальный профиль асимметрии спортсмена.				
3.1. Сенсорная, моторная и психическая асимметрия, ее проявление в спорте		2		16
3.2. Изучение индивидуального профиля асимметрии спортсмена			2	16
Раздел 4. Функциональные состояния и биологические ритмы спортсмена				

4.1. Функциональные состояния спортсмена			2	16
4.2. Биологические ритмы спортсмена			2	16
Дифференцированный зачет	4			
Всего:	144	4	12	122

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (4 часа)

Раздел 1. Психофизиология как самостоятельная наука

Тема 1.1. Место психофизиологии в системе наук и спортивной деятельности (2 часа)

1. Психофизиология как междисциплинарная научная дисциплина.
2. Становлении психофизиологии как науки, основные разделы психофизиологии.
3. Предмет и задачи психофизиологии спортивной деятельности.
4. Основные проблемы психофизиологии спортивной деятельности
5. Двигательная система и психофизиологические механизмы управления движениями.

Литература:

1. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
2. Анохин, П.К. Избранные труды: Системные механизмы высшей нервной деятельности / П.К.Анохин. – М.: Наука. 1979. – 453 с.
3. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активность / под ред. О. Г. Газенко; изд. подгот. И. М. Фейгенберг; АН СССР. – Москва: Наука, 1990. – 494, [1] с.
4. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).
5. Король, Л. Г. Психофизиология экстремальной деятельности : учеб. пособие / Л. Г. Король ; СибГУ им М. Ф. Решетнева. – Красноярск, 2019. – 86 с. – Текст : электронный URL: https://biblioteka.sibsau.ru/pdf/izdv/izdv_sibgtu/Korol_Psikhofiziologiya_2019.pdf 543111 (дата обращения: 22.05.2024).
6. Марютина Т.М., Ермолаев О.Ю. Введение в психофизиологию. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2002. – 400 с. – Текст : электронный URL: <https://psychophysiology.narod.ru/Literature/marutina.pdf> (дата обращения: 22.05.2024).
7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва :

Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

8. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

9. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. — М. : МПГУ, 2016. — 172 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психофизиологии в системе наук и спортивной деятельности, основных категорий и понятий психофизиологии; объекта и предмета психофизиологии спортивной деятельности;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психофизиологии; устанавливать межпредметные и междисциплинарные связи;

навыков: работы с научно-методической литературой, определения основных задач психофизиологии спортивной деятельности, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 1, 5, 18).

Раздел 3. Индивидуальный профиль асимметрии спортсмена.

3.1. Сенсорная, моторная и психическая асимметрия, ее проявление в спорте (2 часа)

1. Понятие «функциональная асимметрия», ее виды.
2. Проявление сенсорной, моторной и психической асимметрии в спорте.
3. Левша в спорте, его особенности.
4. Взаимодействие и сферы специализации полушарий головного мозга.
5. Изучение функциональной асимметрии спортсмена.

Литература:

1. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. — СПб.: Питер, 2001. — 464 с. — Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).

2. Леутин, В.П. Функциональная асимметрия мозга. Мифы и действительность / В.П.Леутин, Е.И. Николаева. — СПб.: Речь, 2005. — 368 с.

3. Москвин, В.А. Межполушарные асимметрии и индивидуальные различия человека: монография / В.А.Москвин, Н.В.Москвина — М.: Смысл, 2011. — 368 с.

4. Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2010. – 88 с.

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: видов функциональной асимметрии, сфер специализации левого и правого полушарий головного мозга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психофизиологии; осуществлять учет особенности левшей в различных видах спорта;

навыков: работы с научно-методической литературой, определения проявлений сенсорной, моторной и психической асимметрии в спорте, подбора методов изучения функциональной асимметрии в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 1, 5, 18).

5.2.2. Содержание практических занятий

Раздел 1. Психофизиология как самостоятельная наука

Тема 1.2. Методы психофизиологии, их характеристика (2 часа)

Практическое занятие №1

Ход занятия: Методы психофизиологии, их характеристика. Методы изучения двигательных реакций. Стабилометрия как метод психофизиологии. Метод дихотического прослушивания.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: Методы изучения работы головного мозга.

Презентация на тему: «БОС тренинг и возможности его использования в спорте».

Литература:

1. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).

2. Иорданская, Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений. Этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования: монография / Ф.А. Иорданская. – М.: Советский спорт, 2011. – 142 с.

3. Король, Л. Г. Психофизиология экстремальной деятельности : учеб. пособие / Л. Г. Король ; СибГУ им М. Ф. Решетнева. – Красноярск, 2019. – 86 с. – Текст : электронный URL: https://biblioteka.sibsau.ru/pdf/izdv/izdv_sibgtu/Korol_Psikhofiziologiya_2019.pdf 543111 (дата обращения: 22.05.2024).

4. Марютина Т.М., Ермолаев О.Ю. Введение в психофизиологию. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2002. – 400 с. – Текст : электронный URL: <https://psychophysiology.narod.ru/Literature/marutina.pdf> (дата обращения: 22.05.2024).

5. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

6. Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2010. – 88 с.

7. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

8. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психофизиологии в системе наук и спортивной деятельности, основных категорий и понятий психофизиологии; объекта и предмета психофизиологии спортивной деятельности;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психофизиологии; устанавливать межпредметные и междотраслевые связи;

навыков: работы с научно-методической литературой, определения основных задач психофизиологии спортивной деятельности, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 1, 5, 18).

Раздел 2. Высшая нервная деятельность человека, ее проявление в спорте

Тема 2.1. Первая и вторая сигнальная система, ее взаимодействие и диагностика (2 часа)

Практическое занятие №2

Ход занятия: Высшая нервная деятельность человека, ее роль в отражении внешнего и внутреннего мира. Понятие о первой и второй сигнальных системах, их взаимодействие.

Выполнение в подгруппах тестов:

Опросник Б.Кадырова для выявления соотношения двух сигнальных систем.

Методика выявления соотношения сигнальных систем Е.А.Климова.

Литература:

1. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.

2. Блум Ф. Мозг, разум и поведение / Ф.Блум, А.Лейзерсон, Л.Хофстедтер; пер с англ. – М.: Мир. 1988. – 248 с.

3. Боброва, Н.Л. Психофизиологические показатели организма человека в процессе физического, спортивного совершенствования и деятельности в экстремальных условиях: [монография] / Н.Л. Боброва, О.В.Герман; под ред. В.И. Курмашева. – Минск: Бестпринт, 2015. – 123 с.

4. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).

5. Ковалева, А. В. Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем : учебник для вузов / А. В. Ковалева. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 183 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01206-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538103> (дата обращения: 22.05.2024).

6. Король, Л. Г. Психофизиология экстремальной деятельности : учеб. пособие / Л. Г. Король ; СибГУ им М. Ф. Решетнева. – Красноярск, 2019. – 86 с. — Текст : электронный URL: https://biblioteka.sibsau.ru/pdf/izdv/izdv_sibgtu/Korol_Psikhofiziologiya_2019.pdf 543111 (дата обращения: 22.05.2024).

7. Марютина Т.М., Ермолаев О.Ю. Введение в психофизиологию. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2002. – 400 с. — Текст : электронный URL: <https://psychophysiology.narod.ru/Literature/marutina.pdf> (дата обращения: 22.05.2024).

8. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

9. Соколова, Л. В. Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении : учебное пособие для вузов / Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08318-7. — Текст : электронный // Образовательная

платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538956> (дата обращения: 22.05.2024).

10. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

11. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. — М. : МПГУ, 2016. — 172 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психофизиологии в системе наук и спортивной деятельности, основных категорий и понятий психофизиологии; объекта и предмета психофизиологии спортивной деятельности;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психофизиологии; устанавливать межпредметные и междисциплинарные связи;

навыков: работы с научно-методической литературой, определения основных задач психофизиологии спортивной деятельности, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 1, 5, 18).

Тема 2.2. Свойства нервной системы, их диагностика (2 часа)

Практическое занятие №3

Ход занятия: Взаимосвязь свойств нервной системы с успешностью спортивной деятельности. Учет свойств нервной системы в подготовке спортсмена. Диагностика свойств нервной системы. Теппинг-тест как методика изучения силы нервной системы.

Выполнение в подгруппах практических заданий:

1. Охарактеризуйте свойств нервной системы спортсменов: сила-слабость, подвижность-инертность, уравновешенность – преобладание возбуждения (торможения).

2. Разработайте практические рекомендации по учету свойств нервной системы в подготовке спортсменов.

3. Изучите свойства нервной системы спортсмена с помощью подобранных методик психодиагностики.

4. Проведите методику «Теппинг-тест» и проведите анализ полученных результатов.

Групповая дискуссия на тему: «Свойства нервной системы и выбор вида спорта, возможности компенсации».

Литература:

1. Акимова, М. К. Психофизиологические особенности индивидуальности школьников : учебное пособие для вузов / М. К. Акимова, В. Т. Козлова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт,

2024. — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08903-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539841> (дата обращения: 22.05.2024).

2. Банаян, А.А. Планирование психолого-педагогических воздействий на основании учета индивидуальных психологических и психофизиологических особенностей спортсменов в соответствии с периодизацией подготовки : методическое пособие / А.А. Банаян, И.Г. Иванова, М.И. Билялетдинов, Л.В. Винокуров, Е.А. Киселева ; С.-Петерб. научно-исследовательский ин-т физ. культуры, Министерство спорта РФ. — Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. — 48 с. — ISBN 978-5-9500739-6-0.

3. Дроздовский, А. К. Возможности и перспективы дифференциально-психофизиологических методов в образовании, спорте и профессиях: Инновационный потенциал двигательных экспресс – методик Е. П. Ильина для измерения свойств нервной системы человека: от дифференциальной – к интегративной психофизиологии / А. К. Дроздовский. — СПб.: Реноме, 2023. — 472 с.

4. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. — СПб.: Питер, 2001. — 464 с. — Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).

5. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчин и женщин / Е.П.Ильин. — СПб.: Питер, 2001. — 365 с. — Текст : электронный — URL: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/03/Ilin-E.P.-Differentsialnaya-psihofiziologiya-muzhchiny-i-zhenshhiny.pdf> (дата обращения: 22.05.2024).

6. Король, Л. Г. Психофизиология экстремальной деятельности : учеб. пособие / Л. Г. Король ; СибГУ им М. Ф. Решетнева. — Красноярск, 2019. — 86 с. — Текст : электронный URL: https://biblioteka.sibsau.ru/pdf/izdv/izdv_sibgtu/Korol_Psikhofiziologiya_2019.pdf 543111 (дата обращения: 22.05.2024).

7. Мельник, Е.В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е.В. Мельник, Н.В. Кухтова, А.Ю. Гириная. — Витебск : ВГУ им П.М. Машерова, 2017. — 56 с.

8. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

9. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

10. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психофизиологии в системе наук и спортивной деятельности, основных категорий и понятий психофизиологии; объекта и предмета психофизиологии спортивной деятельности;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психофизиологии; устанавливать межпредметные и междисциплинарные связи;

навыков: работы с научно-методической литературой, определения основных задач психофизиологии спортивной деятельности, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 1, 5, 18).

Раздел 3. Индивидуальный профиль асимметрии спортсмена

Тема 3.2. Изучение индивидуального профиля асимметрии спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №4

Ход занятия (задания):

- 1 Подберите психофизиологические методы для изучения функциональных асимметрий
- 2 Изучите функциональные асимметрии с помощью моторных тестов.
- 3 Изучите функциональные асимметрии с помощью опросников (И.М.Тимченко, М.Аннет).
- 4 Проведите диагностику профиля асимметрии с помощью диагностического комплекса ВИПА.
- 5 Разработайте практические рекомендации по учету индивидуального профиля асимметрии в подготовке спортсмена.

Литература:

1. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).
2. Леутин, В.П. Функциональная асимметрия мозга. Мифы и действительность / В.П.Леутин, Е.И. Николаева. – СПб.: Речь, 2005. – 368 с.
3. Москвин, В.А. Межполушарные асимметрии и индивидуальные различия человека: монография / В.А.Москвин, Н.В.Москвина – М.: Смысл, 2011. – 368 с.
4. Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2010. – 88 с.

5. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: видов функциональной асимметрии, сфер специализации левого и правого полушарий головного мозга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психофизиологии; осуществлять учет особенности левшей в различных видах спорта;

навыков: работы с научно-методической литературой, определения проявлений сенсорной, моторной и психической асимметрии в спорте, подбора методов изучения функциональной асимметрии в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 1, 5, 18).

Раздел 4. Функциональные состояния и биологические ритмы спортсмена

Тема 4.1. Функциональные состояния спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №5

Ход занятия (задания):

1. Охарактеризуйте функциональные состояния спортсмена: утомление, переутомление, монотонию, угрозу отказа и др.

2. Охарактеризуйте виды стресса. Опишите стадии стрессовой реакции человека, общий адаптационный синдром.

3. Подберите методики диагностики для изучения функциональных состояний.

Литература:

1. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).

2. Иорданская, Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений. Этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования: монография / Ф.А. Иорданская. – М.: Советский спорт, 2011. – 142 с.

3. Король, Л. Г. Психофизиология экстремальной деятельности : учеб. пособие / Л. Г. Король ; СибГУ им М. Ф. Решетнева. – Красноярск, 2019. – 86 с. – Текст : электронный URL: https://biblioteka.sibsau.ru/pdf/izdv/izdv_sibgtu/Korol_Psikhofiziologiya_2019.pdf 543111 (дата обращения: 22.05.2024).

4. Леонова, А.Б. Психодиагностика функциональных состояний человека / А.Б.Леонова. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.

5. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.–

практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

6. Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г.Блинова, Л.Н.Игишева, Н.А.Литвинова, А.И.Федоров. – М.: Гуманит. изд.ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

8. Решетников, М. М. Психическая саморегуляция. Первая и вторая ступени : учебное пособие для вузов / М. М. Решетников. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 238 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06243-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540209> (дата обращения: 22.05.2024).

9. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: видов функциональных состояний, основных признаков проявления функциональных состояний;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психофизиологии; осуществлять учет признаков проявления функциональных состояний;

навыков: работы с научно-методической литературой, определения проявлений переутомления в спорте, подбора методов изучения функциональных состояний в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 1, 5, 18).

Тема 4.2. Биологические ритмы спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №6

Ход занятия (задания):

1. Охарактеризуйте физиологические изменения во время сна.
2. Опишите виды нарушения сна.
3. Предложите способы профилактики нарушений сна спортсменов
4. Разработайте практические по организации сна спортсменов.
5. Разработайте практические по учету биологических ритмов (циркадианных, ультрадианных и инфрадианных) в спортивной деятельности

Презентация на тему: «Полетный дисинхроноз».

Литература:

1. Биологические ритмы / под ред. Ю.Ашоффа: В 2 т. – М.: Мир, 1984; Т.1. – С. 5-406; Т.2. – С. 5-260.

2. Блум Ф. Мозг, разум и поведение / Ф.Блум, А.Лейзерсон, Л.Хофстедтер; пер с англ. – М.: Мир, 1988. – 248 с.

3. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).

4. Король, Л. Г. Психофизиология экстремальной деятельности : учеб. пособие / Л. Г. Король ; СибГУ им М. Ф. Решетнева. – Красноярск, 2019. – 86 с. – Текст : электронный URL: https://biblioteka.sibsau.ru/pdf/izdv/izdv_sibgtu/Korol_Psikhofiziologiya_2019.pdf 543111 (дата обращения: 22.05.2024).

5. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: классификации биоритмов, особенностей их проявления в спортивной деятельности, основных физиологических изменений во время сна;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психофизиологии; осуществлять учет биоритмов в спортивной деятельности;

навыков: работы с научно-методической литературой, определения проявлений нарушения биоритмов, подбора методов изучения биоритмов в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 1, 5, 18).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол-во часов	Формы и сроки контроля
1.	Место психофизиологии в системе наук и спортивной деятельности	10	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Методы психофизиологии, их характеристика	16	Письменная работа. Презентация
3.	Первая и вторая сигнальная система, ее взаимодействие и диагностика	16	Письменная работа.
4.	Свойства нервной системы, их диагностика	16	Презентация
5.	Сенсорная, моторная и психическая асимметрия, ее проявление в спорте	16	Письменная работа.
6.	Изучение индивидуального профиля асимметрии спортсмена	16	Письменная работа.
7.	Функциональные состояния спортсмена	16	Устное

			собеседование
8.	Биологические ритмы спортсмена	16	Выступление на занятиях, дискуссия
Итого		122	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).

2. Король, Л. Г. Психофизиология экстремальной деятельности : учеб. пособие / Л. Г. Король ; СибГУ им М. Ф. Решетнева. – Красноярск, 2019. – 86 с. – Текст : электронный URL: https://biblioteka.sibsau.ru/pdf/izdv/izdv_sibgtu/Korol_Psikhofiziologiya_2019.pdf 543111 (дата обращения: 22.05.2024).

3. Марютина Т.М., Ермолаев О.Ю. Введение в психофизиологию. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2002. – 400 с. – Текст: электронный URL: <https://psychophysiology.narod.ru/Literature/marutina.pdf> (дата обращения: 22.05.2024).

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.

Дополнительная:

6. Акимова, М. К. Психофизиологические особенности индивидуальности школьников : учебное пособие для вузов / М. К. Акимова, В. Т. Козлова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08903-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539841> (дата обращения: 22.05.2024).

7. Банаян, А.А. Планирование психолого-педагогических воздействий на основании учета индивидуальных психологических и психофизиологических особенностей спортсменов в соответствии с периодизацией подготовки : методическое пособие / А.А. Банаян, И.Г. Иванова, М.И. Билялетдинов, Л.В. Винокуров, Е.А. Киселева ; С.-Петерб. научно-исследовательский ин-т физ. культуры, Министерство спорта РФ. – Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. – 48 с. – ISBN 978-5-9500739-6-0.
8. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активность / под ред. О. Г. Газенко; изд. подгот. И. М. Фейгенберг; АН СССР. – Москва: Наука, 1990. – 494, [1] с.
9. Блум Ф. Мозг, разум и поведение / Ф.Блум, А.Лейзерсон, Л.Хофстедтер; пер с англ. – М.: Мир. 1988. – 248 с.
10. Данилова Н.Н. Психофизиология: учеб. для вузов / Н.Н. Данилова. – М.: Аспект Пресс, 2004. – 368 с. – Текст : электронный. — URL: http://library.lgaki.info:404/2019/Данилова%20Н.%20Н_Психофизиология.pdf (дата обращения: 22.05.2024).
11. Дроздовский, А. К. Возможности и перспективы дифференциально-психофизиологических методов в образовании, спорте и профессиях: Инновационный потенциал двигательных экспресс – методик Е. П. Ильина для измерения свойств нервной системы человека: от дифференциальной – к интегративной психофизиологии / А. К. Дроздовский. – СПб.: Реноме, 2023. – 472 с.
12. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчин и женщин / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 365 с. – Текст : электронный — URL: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/03/Ilin-E.P.-Differentsialnaya-psihofiziologiya-muzhchiny-i-zhenshhiny.pdf> (дата обращения: 22.05.2024).
13. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учеб. пособие для вузов / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович ; под общей редакцией Р. И. Айзмана. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 207 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12545-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543180> (дата обращения: 22.05.2024).
14. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.
15. Основы психофизиологии экстремальной деятельности : курс лекций / [А. Н. Блеер и др.] ; под ред. А. Н. Блеера. – Москва : Анита Пресс, 2006. – 380 с. – ISBN 5-903124-02-X. – EDN QXPFQJ.
16. Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г.Блинова, Л.Н.Игишева, Н.А.Литвинова, А.И.Федоров. – М.: Гуманит. изд.ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.
17. Психофизиология: учеб. для вузов. 2-е изд., доп. и перераб. / под ред. Ю.И.Александрова. – СПб.: Питер, 2003. – 496 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века»). — ISBN 5-272-00391-8 — Текст : электронный URL:

http://library.lgaki.info:404/2019/Александров%20Ю.%20И_Психофизиология.pdf (дата обращения: 22.05.2024).

18. Решетников, М. М. Психическая саморегуляция. Первая и вторая ступени : учебное пособие для вузов / М. М. Решетников. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 238 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06243-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540209> (дата обращения: 22.05.2024).

19. Рыбников, О.Н. Психофизиология профессиональной деятельности: учеб. для студентов высш. учеб. заведений / О. Н. Рыбников. — М.: Академия, 2010. — 320 с.

20. Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. — Минск: БГУФК, 2010. — 88 с.

21. Соколова, Л. В. Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении : учебное пособие для вузов / Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08318-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538956> (дата обращения: 22.05.2024).

22. Черенкова, Л. В. Психофизиология в схемах и комментариях : учебное пособие для вузов / Л. В. Черенкова, Е. И. Краснощекова, Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 236 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02934-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514298> (дата обращения: 22.05.2024).

Темы рефератов:

1. Роль двигательной активности и психомоторики в жизни человека.
2. Функциональные системы и управление деятельностью спортсмена.
3. Боль и её физиологические механизмы.
4. Психофизиология эмоций. Теории эмоций: Ч.Дарвина, П.К. Анохина, Джеймса-Ланге, Кэннона-Барда, П.В.Симонова и др.
5. Психофизиология потребностей. Мотивация как фактор организации поведения.
6. Методы изучения двигательных реакции (простая реакция, реакция на движущийся объект, реакция выбора).
7. Методы изучения работы головного мозга – электроэнцефалография, компьютерная томография, магнитно-резонансная томография (КТ, МРТ).
8. Методы воздействия на головной мозг (сенсорная стимуляция, электрическая стимуляция, разрушение участков мозга).
9. Методы изучения электрической активности кожи (КГР).
10. Методы изучения активности мышечной системы (электромиография).
11. Изучение статического и динамического тремора.

12. Критическая частота световых мельканий (КЧСМ)
13. Стабилометрия как метод психофизиологии.
14. Метод дихотического прослушивания.
15. БОС-тренинги, их использование в спорте.
16. Детектор лжи.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/04.7 Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки	Знает: предмет и основные проблемы психофизиологии в практике спорта; Умеет: самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психофизиологии спортивной деятельности. Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы
УК-6. Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности Н/04.7 Координация и контроль работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов спортивной сборной команды	Знает: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Умеет: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Имеет опыт мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной сборной команды
ОПК-6. Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8 Управление персо-	Знает: методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации Умеет: использовать в трениро-

деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.	налом, задействованным в обеспечении и сопровождении подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва ПС 05.003 «Тренер» Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	вочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды; Имеет опыт работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды
ОПК-9. Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.	ПС 05.003 «Тренер» Е/03.6 Руководство медико-биологическим и функциональным обеспечением подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности F/04.6 Координация работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов спортивной команды	Знает: современные методы психофизиологического тестирования; Умеет: отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта; Имеет опыт организации мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной команды;
ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена	ПС 05.003 «Тренер» D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	Знает: способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена; Умеет: вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях; Имеет опыт проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям
ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных	ПС 05.003 «Тренер» C/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотрен-	Знает: объективные показатели, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессио-

показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач	ных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	нальных задач; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период подготовкой; Имеет опыт использования адекватных средств, методов и форм формирования и поддержание благоприятного функционального состояния при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях
ПК-18. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные методики психологической и физиологической диагностики субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер» В/02.5 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки А/03.5 Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	Знает: методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека; Умеет: давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности; Имеет опыт анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – дифференцированный зачёт (3 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. *Одна из важнейших проблем психофизиологии:*

А. Соотношение мозга и психики

Б. Что первично «яйцо или курица»

В. Материальность внешнего мира.

Г. Сон человека.

2. *Что не относится к разделам психофизиологии:*

А. Общая психофизиология

Б. Дифференциальная психофизиология

В. Возрастная психофизиология.

Г. Психофизиология спортивной деятельности.

Д. Психофизиология ума.

3. *Отрасль психологии, изучающая мозговые, нервные механизмы высших психических функций, их связь с отдельными системами головного мозга, на основе локальных поражений.*

А. Нейропсихология

Б. Физиология высшей нервной деятельности

В. Психология здоровья

Г. Психофизиология экстремальной деятельности

4. *Сочетание моторных, сенсорных и психических асимметрий составляет важную характеристику человека – это...*

А Индивидуальный профиль асимметрии (ИПА)

Б. Биологически обратную связь (БОС)

В. Психическую готовность спортсмена (ПГС)

5. Метод исследования функций организма, связанных с поддержанием равновесия – это

А. Стабилометрия

Б. РДО

В. Дихотическое прослушивание

Г. Кожно-гальваническая реакция

6. Единственная сигнальная система у животных и первая у человека обеспечивает отражение действительности в виде непосредственных чувственных образов (в форме ощущений и восприятий) – это _____

7. В психологии **эффектом Струпа** (англ. Stroop effect) называют

А. Задержку реакции при прочтении слов, когда цвет слов не совпадает с написанными словами (к примеру, слово «красный» написано синим).

Б. Возможность прочтения слов, написанных справа налево.

В. Увеличение времени реакции при повышении температуры тела спортсмена.

Г. Соотношение роста и веса спортсменов.

8. По описанию предложенных свойств нервной системы спортсменов определите факторы успешности в различных видах спорта

А. Слабая или средняя сила н.с.; подвижность нервных процессов; уравновешенность по «внешнему» балансу.

Б. Сильная н.с.; средняя подвижность нервных процессов; преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу.

В. Сильная или средняя сила н.с.; инертность нервных процессов; уравновешенность или преобладание торможения по «внешнему» балансу и преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу.

Г. Подвижность нервных процессов, что обеспечивает быстрое переключение с одной ситуации на другую.

Д. Слабая н.с.; подвижность нервных процессов; преобладание возбуждения или уравновешенность по «внешнему» балансу.

9. Это полушарие отвечает за логику и анализ, анализирует все факты, распознает числа и математические символы.

А. Левое полушарие

Б. Правое полушарие.

10. Цикличность фаз, чередующихся на протяжении 6-8 часового нормального сна у человека – это пример проявления _____ биологических ритмов (ультрадианных).

7.2.3 Вопросы к зачёту

1. Место психофизиологии в системе наук.
2. Предмет и задачи психофизиологии.
3. Основные проблемы психофизиологии.
4. Методы психофизиологии, их характеристика.

5. Методы изучения двигательных реакции (простая реакция, реакция на движущийся объект, реакция выбора).
6. Методы изучения работы головного мозга – электроэнцефалография.
7. Стабилометрия как метод психофизиологии.
8. Метод дихотического прослушивания.
9. БОС-тренинги, их использование в спорте.
10. Высшая нервная деятельность человека.
11. Нервная система как органический субстрат психической деятельности, ее роль в отражении внешнего и внутреннего мира человеком.
12. Понятие о первой и второй сигнальных системах, их взаимодействие.
13. Изучение соотношения двух сигнальных систем (Опросник Б.Кадырова, методика Е.А.Климова, И.П.Павлова и др.)
14. Характеристика свойств нервной системы спортсменов, их взаимосвязь с успешностью спортивной деятельности.
15. Проявление свойств нервной системы в спортивной деятельности (по Б.А.Якубчику).
16. Теппинг-тест как методика изучения силы нервной системы.
17. Понятие «функциональная асимметрия», ее виды.
18. Проявление сенсорной, моторной и психической асимметрии в спорте.
19. Сферы специализации левого и правого полушарий головного мозга.
20. Диагностический комплекс ВИПА для изучения индивидуального профиля асимметрии спортсмена.
21. Индивидуальный профиль функциональной асимметрии (анализ результатов компьютерной диагностики).
22. Моторные тесты для изучения функциональной асимметрии спортсмена.
23. Опросники для изучения функциональной асимметрии спортсмена.
24. Психофизиологические методы для изучения функциональной асимметрии спортсмена.
25. Организация жизни во времени, классификация биоритмов.
26. Сон и бодрствование. Десинхронизация ритмов.
27. Психофизиология сна (ультрадианные ритмы – циклы сна). Физиологические изменения во время сна.
28. Сон и его нарушения, организация сна спортсменов.
29. Учет биологических ритмов (циркадианных, ультрадианных и инфрадианных) в спортивной деятельности.
30. Понятие "функциональное состояние", классификация функциональных состояний,
31. Методы оценки функциональных состояний.
32. Особенности проявления функциональных состояний в спортивной деятельности (монотония, психическое пресыщение, утомление, мертвая точка и др.).

33. Психофизиология стресса (стадии стрессовой реакции человека, общий адаптационный синдром, виды стресса).

34. Перераспределение функциональных резервов в организме спортсмена как показатель стресса.

35. Особенности проявления функциональных состояний в деятельности спортсмена и пути их регуляции.

Критерии оценки знаний на дифференцированном зачете

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).

2. Король, Л. Г. Психофизиология экстремальной деятельности : учеб. пособие / Л. Г. Король ; СибГУ им М. Ф. Решетнева. – Красноярск, 2019. – 86 с. – Текст : электронный URL: https://biblioteka.sibsau.ru/pdf/izdv/izdv_sibgtu/Korol_Psikhofiziologiya_2019.pdf 543111 (дата обращения: 22.05.2024).

3. Марютина Т.М., Ермолаев О.Ю. Введение в психофизиологию. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2002. – 400 с. – Текст : электронный URL: <https://psychophysiology.narod.ru/Literature/marutina.pdf> (дата обращения: 22.05.2024).

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Фомина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. – М. : МПГУ, 2016. – 172 с.

Дополнительная:

7. Акимова, М. К. Психофизиологические особенности индивидуальности школьников : учебное пособие для вузов / М. К. Акимова, В. Т. Козлова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08903-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539841> (дата обращения: 22.05.2024).

8. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.

9. Анохин, П.К. Избранные труды: Системные механизмы высшей нервной деятельности / П.К.Анохин. – М.: Наука. 1979. – 453 с.

10. Банаян, А.А. Планирование психолого-педагогических воздействий на основании учета индивидуальных психологических и психофизиологических особенностей спортсменов в соответствии с периодизацией подготовки : методическое пособие / А.А. Банаян, И.Г. Иванова, М.И. Билялетдинов, Л.В. Винокуров, Е.А. Киселева ; С.-Петерб. научно-исследовательский ин-т физ. культуры, Министерство спорта РФ. – Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. – 48 с. – ISBN 978-5-9500739-6-0.

11. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активность / под ред. О. Г. Газенко; изд. подгот. И. М. Фейгенберг; АН СССР. – Москва: Наука, 1990. – 494, [1] с.
12. Блум Ф. Мозг, разум и поведение / Ф.Блум, А.Лейзерсон, Л.Хофстедтер; пер с англ. – М.: Мир. 1988. – 248 с.
13. Боброва, Н.Л. Психофизиологические показатели организма человека в процессе физического, спортивного совершенствования и деятельности в экстремальных условиях: [монография] / Н.Л. Боброва, О.В.Герман; под ред. В.И. Курмашева. – Минск: Бестпринт, 2015. – 123 с.
14. Данилова Н.Н. Психофизиология: учеб. для вузов / Н.Н. Данилова. – М.: Аспект Пресс, 2004. – 368 с. – Текст : электронный. — URL: http://library.lgaki.info:404/2019/Данилова%20Н.%20Н_Психофизиология.pdf (дата обращения: 22.05.2024).
15. Дроздовский, А. К. Возможности и перспективы дифференциально- психофизиологических методов в образовании, спорте и профессиях: Инновационный потенциал двигательных экспресс – методик Е. П. Ильина для измерения свойств нервной системы человека: от дифференциальной – к интегративной психофизиологии / А. К. Дроздовский. – СПб.: Реноме, 2023. – 472 с.
16. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчин и женщин / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 365 с. – Текст : электронный — URL: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/03/Ilin-E.P.-Differentsialnaya-psihofiziologiya-muzhchiny-i-zhenshhiny.pdf> (дата обращения: 22.05.2024).
17. Ковалева, А. В. Нейрофизиология : учебник для вузов / А. В. Ковалева. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 186 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01502-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538096> (дата обращения: 22.05.2024).
18. Ковалева, А. В. Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем : учебник для вузов / А. В. Ковалева. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 183 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01206-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538103> (дата обращения: 22.05.2024).
19. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович ; под общей редакцией Р. И. Айзмана. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 207 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12545-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543180> (дата обращения: 22.05.2024).
20. Мельник, Е.В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е.В. Мельник, Н.В. Кухтова, А.Ю. Гириная. – Витебск: ВГУ им П.М. Машерова, 2017. – 56 с.

21. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

22. Николаева, Е. И. Возрастная психология: леворукость у детей : учебное пособие для вузов / Е. И. Николаева. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 176 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11116-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/541807> (дата обращения: 22.05.2024).

23. Основы психофизиологии экстремальной деятельности : курс лекций / [А. Н. Блеер и др.] ; под ред. А. Н. Блеера. – Москва : Анита Пресс, 2006. – 380 с. – ISBN 5-903124-02-X. – EDN QXPFQJ.

24. Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.Г.Блинова, Л.Н.Игишева, Н.А.Литвинова, А.И.Федоров. – М.: Гуманит. изд.ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.

25. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

26. Психофизиология: учеб. для вузов. 2-е изд., доп. и перераб. / под ред. Ю.И.Александрова. – СПб.: Питер, 2003. – 496 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века»). — ISBN 5-272-00391-8 — Текст : электронный URL: http://library.lgaki.info:404/2019/Александров%20Ю.%20И_Психофизиология.pdf (дата обращения: 22.05.2024).

27. Рыбников, О.Н. Психофизиология профессиональной деятельности: учеб. для студентов высш. учеб. заведений / О. Н. Рыбников. – М.: Академия, 2010. – 320 с.

28. Сеченов, И. М. Психология поведения. Избранные труды / И. М. Сеченов. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 223 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-07905-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538744> (дата обращения: 22.05.2024).

29. Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2010. – 88 с.

30. Соколова, Л. В. Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении : учебное пособие для вузов / Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08318-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538956> (дата обращения: 22.05.2024).

31. Физиологические основы здоровья : учеб. пособие / [авт. коллектив: Н.П.Абаскалова и др.]. – 2-е изд., перераб. и доп.; Гриф УМО Рос. Федерации. – М.: ИНФРА–М, 2016. – 349 с.

32. Циркин, В. И. Нейрофизиология: основы психофизиологии : учебник для вузов / В. И. Циркин, С. И. Трухина, А. Н. Трухин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 577 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12807-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543111> (дата обращения: 22.05.2024).

33. Черенкова, Л. В. Психофизиология в схемах и комментариях : учебное пособие для вузов / Л. В. Черенкова, Е. И. Краснощекова, Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 236 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02934-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514298> (дата обращения: 22.05.2024).

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого- педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности станов-

ления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Предлагаемый курс призван обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных ситуаций; деловые игры. Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя и обучающихся, а прежде всего их взаимная детерминация.

В процессе обучения используется метод самостоятельного изучения вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

- 1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;
- 2) психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности

Творческие задания:

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель.

Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная маг-

		нитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер

7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

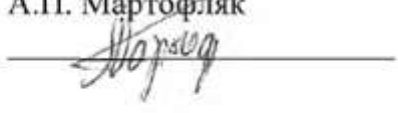
«СОГЛАСОВАНО»

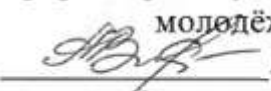
Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра менеджмента и естественно-научных дисциплин

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«05» мая 2026 г.
протокол № 10
Заведующий кафедрой
А.П. Мартофляк


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРАКТИКЕ СПОРТА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки **49.04.03 «Спорт»**

Направленность (профиль программы): **спортивная психология.**
Управление психологической подготовкой в сфере спорта

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс –2,3

Семестр –3,4,5

Итоговая форма контроля – зачет (5 семестр)

Рабочую программу разработал:

Мартофляк А.П., д.воен.н., к.тех.н., доцент

Год поступления 2024

Смоленск 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1. Выписка из ФГОС 3++	3
1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины	3
2. Результаты обучения по дисциплине	5
3. Место дисциплины в структуре ОПОП	7
5.2.Содержание дисциплины по видам занятий	10
5.2.1. Содержание лекционных занятий	10
5.2.2. Содержание практических занятий	11
6. Самостоятельная работа студентов	20
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	24
7.1.Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	24
7.2. Типовые контрольные задания	30
7.2.1.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	30
7.3.2. Тестовые задания	31
7.3.3. Вопросы к зачету	34
8. Перечень основной и дополнительной литературы	36
9. Перечень ресурсов информационно–коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины	37
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	38
11.Материально–техническое обеспечение дисциплины	39
Приложение	41

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Выписка из Федерального государственного профессионального стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования - магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 - Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 - Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские;
- научно-исследовательские;
- организационно-методические.
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Информационные технологии в практике спорта» реализуется в рамках обязательной части Блока 1 учебного плана,

разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению 49.04.03 «Спорт». Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Информационные технологии в практике спорта» состоит из трех самостоятельных разделов:

Раздел 1. Основные сведения о принципах построения компьютерных технологий.

Тема 1. Введение в курс "Информационные технологии в науке и образовании.

Тема 2. Компьютерные технологии сбора экспериментальных и научных данных.

Тема 3. Компьютерные технологии хранения и обработки экспериментальных и научных данных.

Раздел 2. Применение компьютерных технологий в спортивной науке.

Тема 4. Контроль и управление в практике физической культуры и спорта.

Тема 5. Комплексная оценка, мониторинг и автоматизированные методы диагностики психического и физического состояния человека.

Тема 6. Автоматизированные методы функциональной диагностики.

Раздел 3. Применение компьютерных технологий в образовании.

Тема 7. Прикладные аспекты компьютерных технологий в образовании

Тема 8. Компьютерные технологии обучения

Учебный процесс по дисциплине «Информационные технологии в практике спорта» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-6 – Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

ОПК-6 – Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.

ПК-9 – Способен критически оценивать данные и делать выводы, осуществлять математическое моделирование процессов и объектов на базе стандартных пакетов автоматизированного проектирования и исследований.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: Понятия об информации, информатике, информационных процессах, моделях и технологиях, информационное общество, компьютерные технологии сбора, обработки, хранения и передачи экспериментальных данных; понятия математического и компьютерного моделирования в физической культуре и спорте понятия цель, ограничения и критерий качества управления в модели «тренер–спортсмен»; видов контроля в спортивно – педагогической практике, понятия имитационного моделирования; комплексной оценки психического и физического состояния человека, программного обеспечения, предназначенного для комплексной оценки, мониторинга психического и физического состояния человека; комплексного контроля в спорте; Использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту. Пользоваться информационно–коммуникационными технологиями и средствами связи Уметь: работать с информацией; использования основных методов,	<u>ПС «Тренер»</u> G/01.7 – Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности G/02.7 – Оказание экспертной и методической помощи по вопросам своей компетенции Н/01.7 - Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) Н/02.7 – Учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) I/01.7 – Взаимодействие с физкультурно-спортивными организациями субъекта Российской Федерации в целях пополнения резерва спортивной сборной команды	УК-6 ОПК-6 ПК-9

способов и средств получения, хранения, переработки информации; представлять модели, описание моделей с помощью теории графов, структурных схем и матриц; представления схем управления состоянием биологического объекта; осуществлять контроль функционального состояния человека с использованием компьютерных технологий; осуществлять мониторинг психического и физического состояния спортсменов; осуществлять комплексный контроль с использованием компьютерных технологий; использование компьютерных технологий в процессе делопроизводства педагога и тренера для сбора, хранения, обработки, анализа и передачи информации. Основы работы с персональным компьютером: с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерам Информационные технологии в физической культуре Иметь опыт: применения программного обеспечения для работы с информацией в сфере образования и физической культуры; использования физического и математического моделирования в физической культуре и спорте; построения объектно-субъектных отношений между учителем (тренером) и учеником, алгоритма управления тренировочным процессом; осуществлять тестирование физической, технической с использованием современных компьютерных технологий, проводить оценку эффективности процесса физической культуры с использованием методов имитационного моделирования; использования полученных экспериментальных	субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) I/02.7 – Осуществление отбора спортсменов в резерв спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/01.7 – Осуществление Тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/02.7 – Совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	

данных в профессиональной деятельности; организации автоматизированного рабочего места педагога физического воспитания, тренера.		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Информационные технологии в практике спорта» относится к базовой части образовательной программы Б1.О.03. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2-3 курсах, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): экзамен. Приступая к изучению данной дисциплины, магистрант должен обладать знаниями информатики, математики, биомеханики, педагогики, теории и методики физического воспитания в объеме ОПОП по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт». В процессе обучения дисциплина базируется на знаниях, умениях и навыках, приобретенных магистратами при изучении предшествующих дисциплин.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		32	32
Лекции		4	4
Практические занятия		28	28
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>		4	4
<i>Самостоятельная работа</i>		108	108
Общая трудоемкость	часы	144	144
	ЗЕ	4	4

Дисциплина «Информационные технологии в практике спорта» является предшествующей для прохождения преддипломной практики, а также для освоения следующих дисциплин: «Психолого–педагогические аспекты профессионального мастерства преподавания в высшей школе», «Методика проведения различных видов занятий в высшем учебном заведении» «Язык и стиль написания научной работы»

Наименование разделов и тем курса	Всего	Аудиторные занятия (час)				Самост. работа
		Лекции	Лаборат.	Семинары		
					в том числе в интерак. форме	
3 семестр						
Раздел 1. Основные сведения о принципах построения компьютерных технологий.	36	2	—	—	—	34
Тема 1. Введение в курс "Информационные технологии в практике спорта".	36	2	—	—	—	34
4 семестр						
Раздел 1. Основные сведения о принципах построения компьютерных технологий.	20	—	4	4	4	12
Тема 1. Введение в курс "Информационные технологии в практике спорта".	6	—	—	2	—	4
Тема 2. Компьютерные технологии сбора экспериментальных и научных данных.	6	—	2	—	2	4
Тема 3. Компьютерные технологии хранения и обработки экспериментальных и научных данных.	8	—	2	2	2	4
Раздел 2. Применение компьютерных технологий в спортивной науке.	16	—	2	2	2	12
Тема 4. Контроль и управление тренировочным процессом	16		2	2	2	12
5 семестр						

Раздел 2. Применение компьютерных технологий в спортивной науке.	34	—	4	2	2	28
Тема 5. Комплексная оценка, мониторинг и автоматизированные методы диагностики психического и физического состояния человека	16	—	2	—	—	14
Тема 6. Автоматизированные методы функциональной диагностики	18	—	2	2	2	14
Раздел 3. Применение компьютерных технологий в образовании.	34	2	2	4	4	26
Тема 7. Прикладные аспекты компьютерных технологий в образовании	16	2	—	2	2	12
Тема 8. Компьютерные технологии обучения	18	—	2	2	2	14
Зачет	4					
Итого:	144	4	12	12	12	108

5.2.Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Раздел 1. Основные сведения о принципах построения компьютерных технологий (2 часа)

4 семестр

Лекция 1 (2 часа). Информационные технологии в практике спорта

План.

1. Понятие об информации, информационных и компьютерных технологиях.

2. Роль информационно-компьютерных технологий в развитии общества.

3. Компьютерные технологии в спортивной науке и образовании.

Понятие об информации, информатике, информационных процессах, моделях и технологиях. Философские и социальные, аспекты информатизации общества и образования. Роль информации, информатики, информационных и компьютерных технологий в развитии общества.

Роль компьютерных и информационных технологий в решении научных проблем физической культуры и спорта высших достижений. Предметно-ориентировочные программные среды развивающего спорта и обучающие технологии на основе искусственной управляющей и предметной сред. Компьютерные технологии сбора, обработки, хранения и передачи экспериментальных данных в научных и образовательных целях.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: Понятия об информации, информатике, информационных процессах, моделях и технологиях, информационное общество, компьютерные технологии сбора, обработки, хранения и передачи экспериментальных данных.

умений: работы с информацией; использования основных методов, способов и средств получения, хранения, переработки информации.

навыков: применения программного обеспечения для работы с информацией в сфере образования и физической культуры.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

5 семестр

Раздел 3. Применения информационных технологий в образовании (2 часа)

Лекция 2 (2 часа). Прикладные аспекты компьютерных технологий в образовании.

План.

1. Педагогическая информатика как интегральная междисциплинарная наука.

2. Информатизация образования в Российской Федерации.

3. Информационная культура человека.

Краткая характеристика педагогической информатики как интегральной междисциплинарной науки. Становление и развитие педагогической информатики. Цель и задачи педагогической информатики. Понятие об информационной культуре человека. Компоненты информационной культуры.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: понятия информатизации общества, образования, компьютерные технологии обучения и информационно–образовательной среды вуза.

умений: использование компьютерных технологий в процессе делопроизводства педагога и тренера для сбора, хранения, обработки, анализа и передачи информации.

навыков: организации автоматизированного рабочего места педагога, тренера.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

5.2.2. Содержание практических занятий

4 семестр

Тема 1 (2 часа). Введение в курс "Информационные технологии в практике спорта".

1. Понятие об информации, информатике, информационных процессах, моделях и технологиях.

2. Технологии организации, хранения и обработки данных.

3. Компьютерные технологии в спортивной науке и образовании.

4. Технические и программные средства реализации информационных процессов.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: понятия информационно-измерительных систем, видов

представления информации, баз данных, их видов.

умений: осуществлять сбор экспериментальных данных с помощью компьютерных технологий, построения баз данных с использованием различного программного обеспечения.

навыков: использования информационных технологий в научно-исследовательской деятельности.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая.— Смоленск: СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>.
2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.
3. Редькина, Н.С. Информационные технологии в вопросах и ответах [Электронный ресурс]/ Н.С. Редькина. — Новосибирск: Издательство ГПНТБ СО РАН, 2010. — 224 с. — ISBN 978-5-94560 -201-4. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/13836>
4. Туревский, И.М. Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте [Электронный ресурс] / И.М. Туревский. — Тула: Издательство ТГПУ им.Л.Н.Толстого, 2010. — 68 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/186530>

Тема 2 (2 часа). Компьютерные технологии сбора экспериментальных и научных данных

Компьютерные технологии сбора экспериментальных и научных данных

1. Информационно-измерительные системы.
2. Виды представления информации. Преобразователи информации неэлектрической природы в электрическую. Аналого-цифровые преобразователи параллельного и последовательного типа.
3. Понятие интерфейса обмена информацией с ЭВМ.
4. Обработка текста.
5. Системы редактирования и подготовки документов.
6. Представление числовой информации в компьютере.
Основные приемы работы с информацией в табличной форме.
7. Табличные процессоры (назначение, основные функции).
Создание тестовых программных оболочек с помощью электронных таблиц.

8. Компьютерная графика, графические редакторы. Представление и обработка графической информации.

9. Использование графических продуктов для отображения результатов исследований.

10. Средства создания презентаций.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: кодирование информации, типы информации, понятия информационно-измерительных систем, видов представления информации.

умений: работы с текстовыми, табличными, графическими редакторами, осуществлять сбор экспериментальных данных с помощью компьютерных технологий.

навыков: использования информационных технологий в научно-исследовательской деятельности, использования текстовой, табличной, графической информации профессиональной деятельности.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая.— Смоленск: СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

Тема 3 (2 часа). Компьютерные технологии хранения и обработки экспериментальных и научных данных.

1.Базы данных. Понятия реляционной базы данных. СУБД.

2.Локальные и сетевые базы данных.

3.Понятие нормализации таблиц. Представления и выдача информации из баз данных.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: компьютерные технологии сбора, обработки, хранения и передачи экспериментальных данных.

умений: использования компьютерных и информационных технологий в решении научных проблем физической культуры и спорта высших достижений.

навыков: применения предметно-ориентировочных программных сред развивающего спорта и обучающие технологии.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-4, ОПК-10

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016 .— 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>
2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.
3. Евсеев, С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие / М.В. Томилова, О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— М. : Советский спорт, 2013 .— 96 с. — ISBN 978-5-9718-0684-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/279275>

Лабораторная работа 1. (2 часа) Систематизация экспериментальных данных в MSOFFICEWORD и EXCEL.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: программных продуктов, предназначенных для систематизация экспериментальных данных.

умений: работы с MSOFFICEWORD и EXCEL.

навыков: использования специализированных пакетов MSOFFICEWORD и EXCEL для обработки и анализа экспериментальных данных.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016 .— 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>
2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.
3. Евсеев, С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие / М.В. Томилова, О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— М. : Советский спорт, 2013 .— 96 с. — ISBN 978-5-9718-0684-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/279275>

Раздел 2. Применение информационных технологий в спортивной науке (12 часов)

Тема 4 (2 часа). Контроль и управление тренировочным процессом

1. Контроль функционального состояния человека с использованием компьютерных технологий.
2. Оптимизации тренировочных нагрузок, моделирование и тестирование подготовленности.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: видов контроля в спортивно-педагогической практике.

умений: осуществлять контроль функционального состояния человека с использованием компьютерных технологий.

навыков: осуществлять тестирование физической, технической, функциональной подготовленности спортсменов с использованием современных компьютерных технологий.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая. — Смоленск: СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

3. Захарова И.Г. Информационные технологии в образовании. Учебное пособие. / И.Г.Захарова. - М.: Академия, 2005. – 286 с.

Лабораторная работа 2 (2 часа). Проведение вебинара в системе on-line.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: понятия сетевых и телекоммуникационных технологий.

умений: использовать On-line и off-line технологии.

навыков: проводить вебинары, видеоконференции.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-4, ОПК-10

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической

культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016 .— 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>.

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

3. Редькина, Н.С. Информационные технологии в вопросах и ответах [Электронный ресурс] / Н.С. Редькина .— Новосибирск : Издательство ГПНТБ СО РАН, 2010 .— 224 с. — ISBN 978-5-94560 -201-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/13836>

4. Туревский, И.М. Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте [Электронный ресурс] / И.М. Туревский .— Тула : Издательство ТГПУ им.Л.Н.Толстого, 2010 .— 68 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/186530>

5 семестр

Тема 5 (2 часа). Комплексная оценка, мониторинг и автоматизированные методы диагностики психического и физического состояния человека

1.Использование компьютерных технологий для комплексной оценки и мониторинга психического и физического состояния спортсменов.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: программного обеспечения, предназначенного для комплексной оценки, мониторинга психического и физического состояния человека.

умений: осуществлять мониторинг психического и физического состояния человека.

навыков: использования полученных экспериментальных данных в профессиональной деятельности.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая.— Смоленск: СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>.

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

3. Новоселов, М.А. Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / М.А. Новоселов.— М. : РГУФКСМиТ, 2015. — 52 с.: ил. — Авт. указан на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/373488>

Тема 6 (2 часа). Автоматизированные методы спортивно-педагогической диагностики

1. Использование программ компьютерного мониторинга физического состояния населения

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: различных автоматизированных методов спортивно-педагогической диагностики, программного обеспечения, предназначенного для комплексной оценки, мониторинга физического состояния различных групп населения.

умений: осуществлять мониторинг психического и физического состояния спортсменов.

навыков: использования полученных экспериментальных данных в профессиональной деятельности.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016 .— 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

3. Евсеев, С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие / М.В. Томилова, О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— М. : Советский спорт, 2013 .— 96 с. — ISBN 978-5-9718-0684-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/279275>

Лабораторная работа 3 (2 часа). Контроль функциональной подготовленности и физической работоспособности спортсменов (автоматизированные методы функциональной диагностики) (лаборатория кафедры биологических дисциплин).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: различных автоматизированных методов спортивно-педагогической диагностики.

умений: осуществлять мониторинг функционального состояния спортсменов.

навыков: использования полученных экспериментальных данных в профессиональной деятельности.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016 .— 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>.

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

3. Редькина, Н.С. Информационные технологии в вопросах и ответах [Электронный ресурс] / Н.С. Редькина .— Новосибирск : Издательство ГПНТБ СО РАН, 2010 .— 224 с. — ISBN 978-5-94560 -201-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/13836>

4. Туревский, И.М. Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте [Электронный ресурс] / И.М. Туревский .— Тула : Издательство ТГПУ им.Л.Н.Толстого, 2010 .— 68 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/186530>

Раздел 3. Применение информационных технологий в образовании(8 часов).

Тема 7 (2 часа). Прикладные аспекты компьютерных технологий в образовании

1. Компьютеризация российского образования.
2. Электронное обучения.
3. Дистанционные технологии обучения.

знаний: понятия информатизации общества, образования, компьютерные технологии обучения и информационно-образовательной среды вуза.

умений: использование компьютерных технологий в процессе делопроизводства педагога и тренера для сбора, хранения, обработки, анализа и передачи информации

навыков: создания электронного образовательного курса.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск:

СГАФКСТ, 2016.— 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>.

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

3. Новоселов, М.А. Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: метод. рекомендации по самостоятельному изучению дисциплины / М.А. Новоселов. — М.: РГУФКСМиТ, 2015.— 52 с.: ил. — Авт. указан на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/373488>

Тема 8 (2 часа). Компьютерные технологии обучения

1. Язык гипертекстовой разметки HTML. Построение гипертекстовых структур.

2. Web-дизайн.

3. Практикум создания и редактирования Web-страниц.

4. Электронные образовательные ресурсы. Технологические аспекты создания компьютерных обучающих программ.

5. Мультимедиа курс (компоненты, структура курса). Мультимедийная презентация. Средства создания мультимедийных приложений. Носители мультимедиа продуктов. Система мультимедиа. Виртуальная реальность.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ языка гипертекстовой разметки HTML, Web-дизайна, классификации ЭОР. Принципы, этапы создания ЭОР. Технологические аспекты создания компьютерных обучающих программ.

умений: построения гипертекстовых структур, создания простых сайтов, использовать инструментальные системы для разработки обучающих программ.

навыков: создания мультимедийных образовательных ресурсов, создания тестовых программных оболочек.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск: СГАФКСТ, 2016.— 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>.

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

3. Новоселов, М.А. Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: метод. рекомендации по самостоятельному изучению дисциплины / М.А. Новоселов. — М.: РГУФКСМиТ, 2015.— 52 с.: ил. — Авт. указан на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/373488>

Лабораторная работа 4 (4 часа). Подготовка компонентов учебно-методического комплекса по физической культуре в старших классах общеобразовательной школы.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ языка гипертекстовой разметки HTML, Web-дизайна, технологические аспекты создания образовательных программ.

умений: построения гипертекстовых структур, создания шаблона учебно-методического комплекса по физической культуре, использовать инструментальные системы для разработки обучающих программ.

навыков: создания электронных образовательных ресурсов.

В ходе изучения темы происходит формирование компетенций – УК-6, ОПК-6, ПК-9.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016 .— 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>.

2. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

3. Редькина, Н.С. Информационные технологии в вопросах и ответах [Электронный ресурс] / Н.С. Редькина .— Новосибирск : Издательство ГПНТБ СО РАН, 2010 .— 224 с. — ISBN 978-5-94560 -201-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/13836>

4. Туревский, И.М. Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте [Электронный ресурс] / И.М. Туревский .— Тула : Издательство ТГПУ им.Л.Н.Толстого, 2010 .— 68 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/186530>

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
Раздел 1. Основные сведения о принципах построения компьютерных технологий			
	Тема 1. Введение в курс "Информационные технологии в науке и образовании".	38	Проверка конспекта, презентация
	Тема 2. Компьютерные технологии сбора экспериментальных и научных данных.	4	Проверка конспекта, собеседование
	Тема 3. Комплексная оценка, мониторинг и автоматизированные методы диагностики психического и физического состояния человека	4	Проверка конспекта, собеседование
Раздел 2. Применение компьютерных технологий в спортивной науке			
	Тема 4. Контроль и управление тренировочным процессом	12	Проверка конспекта, собеседование
	Тема 5. Комплексная оценка, мониторинг и автоматизированные методы диагностики психического и физического состояния человека	14	Проверка выполнения задания
	Тема 6. Автоматизированные методы функциональной диагностики	14	Проверка конспекта, собеседование
Раздел 3. Применение компьютерных технологий в образовании			
	Тема 7. Прикладные аспекты компьютерных технологий в образовании	12	Представление учебного курса для дистанционного обучения
	Тема 8. Компьютерные технологии обучения	14	Презентация мультимедийного курса Представление электронного учебника

Перечень учебно–методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Список основной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно.

Основная:

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов,

Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая.— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>

2. Алпацкая, Е.В. Определение точности вычислений результатов спортивнопедагогических исследований [Электронный ресурс]: учебно–методическое пособие / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск: СГАФКСТ, 2016 .— 37 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706491>

3. 3. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. – М.: Академия, 2008. – 218 с.

Дополнительная:

1. Евсеев, С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие / М.В. Томилова, О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— М. : Советский спорт, 2013 .— 96 с. — ISBN 978–5–9718–0684–4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/279275>

1. Захарова И.Г. Информационные технологии в образовании. Учебное пособие. / И.Г.Захарова. – М.: Академия, 2005. – 286 с.

2. Информационные технологии [Электронный ресурс] : учеб. пособие / З.П. Гаврилова, А.А. Золотарев, Е.Н. Остроух, А.А. Бычков, А.П. Корнюхин, Южный федеральный ун–т .— Ростов н/Д. : Изд–во ЮФУ, 2011 .— 90 с. — Авт. указаны на обороте тит. л. — ISBN 978–5–9275–0893–8 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/637102>

3. Информационные технологии в образовании [Электронный ресурс] / Григорьева // Актуальные проблемы современной науки .— 2010 .— №6 .— С. 90–91 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/253787>

4. Информационные технологии в профессиональной деятельности [Электронный ресурс] / Т.В. Марзаева .— Улан–Удэ : Бурятский государственный университет, 2015 .— 71 с. — ISBN 978–5–9793–0808–1 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/348195>

5. Новоселов, М.А. Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / М.А. Новоселов .— М. : РГУФКСМиТ, 2015 .— 52 с. : ил. — Авт. указан на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/373488>

6. Редькина, Н.С. Информационные технологии в вопросах и ответах [Электронный ресурс] / Н.С. Редькина .— Новосибирск : Издательство ГПНТБ СО РАН, 2010 .— 224 с. — ISBN 978-5-94560-201-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/13836>

7. Туревский, И.М. Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте [Электронный ресурс] / И.М. Туревский .— Тула : Издательство ТГПУ им.Л.Н.Толстого, 2010 .— 68 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/186530>

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции(при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-6 ОПК-6 ПК-9	<u>ПС «Тренер»</u> G/01.7 – Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности G/02.7 – Оказание экспертной и методической помощи по вопросам своей компетенции H/01.7 – Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) H/02.7 – Учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) I/01.7 – Взаимодействие с физкультурно-спортивными организациями субъекта Российской Федерации в целях пополнения резерва спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) I/02.7 – Осуществление отбора спортсменов в резерв спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/01.7 – Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/02.7 – Совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	<u>Пороговый уровень</u> Знает: понятия об информации, информатике, информационных процессах, моделях и технологиях, информационное общество, компьютерные технологии сбора, обработки, хранения и передачи экспериментальных данных; понятия математического и компьютерного моделирования в физической культуре и спорте понятия цель, ограничения и критерий качества управления в модели «тренер спортсмен»; Основы работы с персональным компьютером: с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами Умеет: работать с информацией; использования основных методов, способов и средств получения, хранения, переработки информации; осуществлять комплексный контроль с использованием компьютерных технологий; использование компьютерных технологий в процессе делопроизводства педагога и тренера для сбора, хранения, обработки, анализа и передачи информации. Имеет опыт: применения программного обеспечения для работы с информацией в сфере образования и физической культуры; <u>Стандартный уровень</u> Знает: понятия об информации, информатике, информационных процессах, моделях и технологиях, информационное общество, компьютерные технологии сбора, обработки, хранения и передачи экспериментальных данных; комплексной оценки психического и физического

		состояния человека, программного обеспечения, предназначенного для комплексной оценки, мониторинга психического и физического состояния человека; комплексного контроля в спорте. Основы работы с персональным компьютером: с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами Умеет: работать с информацией; использования основных методов, способов и средств получения, хранения, переработки информации; представлять модели, описание моделей с помощью теории графов, структурных схем и матриц; представления схем управления состоянием биологического объекта; осуществлять контроль функционального состояния человека с использованием компьютерных технологий;; осуществлять мониторинг психического и физического состояния спортсменов; осуществлять комплексный контроль с использованием компьютерных технологий; использование компьютерных технологий в процессе делопроизводства педагога и тренера для сбора, хранения, обработки, анализа и передачи информации; пользоваться информационно–коммуникационными технологиями и средствами связи использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности Имеет опыт применения программного обеспечения для работы с информацией в сфере образования и физической культуры; осуществлять тестирование физической, технической с использованием современных компьютерных технологий, проводить оценку эффективности процесса физической культуры с использованием методов имитационного моделирования;

		использования полученных экспериментальных данных в профессиональной деятельности; организации автоматизированного рабочего места педагога физического воспитания, тренера. <u>Эталонный уровень</u> Знает: понятия об информации, информатике, информационных процессах, моделях и технологиях, информационное общество, компьютерные технологии сбора, обработки, хранения и передачи экспериментальных данных; понятия математического и компьютерного моделирования в физической культуре и спорте понятия цель, ограничения и критерий качества управления в модели «тренер-спортсмен»; видов контроля в спортивно–педагогической практике, понятия имитационного моделирования; комплексной оценки психического и физического состояния человека, программного обеспечения, предназначенного для комплексной оценки, мониторинга психического и физического состояния человека; комплексного контроля в спорте. Основы работы с персональным компьютером: с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами Умеет применения программного обеспечения для работы с информацией в сфере образования и физической культуры; использования физического и математического моделирования в физической культуре и спорте; построения объектно–субъектные отношений между учителем (тренером) и учеником, алгоритма управления тренировочным процессом; осуществлять тестирование физической, технической с использованием современных компьютерных технологий, проводить оценку эффективности процесса физической культуры с использованием методов имитационного моделирования;

		использования полученных экспериментальных данных в профессиональной деятельности; организации автоматизированного рабочего места педагога физического воспитания, тренера; пользоваться информационно–коммуникационными технологиями и средствами связи. Имеет опыт применения программного обеспечения для работы с информацией в сфере образования и физической культуры; использования физического и математического моделирования в физической культуре и спорте; построения объектно–субъектные отношений между учителем (тренером) и учеником, алгоритма управления тренировочным процессом; осуществлять тестирование физической, технической с использованием современных компьютерных технологий, проводить оценку эффективности процесса физической культуры с использованием методов имитационного моделирования; использования полученных экспериментальных данных в профессиональной деятельности; организации автоматизированного рабочего места педагога физического воспитания, тренера; Использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности; пользоваться контрольно–измерительными приборами

		представлять модели, описание моделей с помощью теории графов, структурных схем и матриц; представления схем управления состоянием биологического объекта; осуществлять контроль функционального состояния человека с использованием компьютерных технологий;; осуществлять мониторинг психического и физического состояния спортсменов; осуществлять комплексный контроль с использованием компьютерных технологий; использование компьютерных технологий в процессе делопроизводства педагога и тренера для сбора, хранения, обработки, анализа и передачи информации; пользоваться информационно–коммуникационными технологиями и средствами связи использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности Имеет опыт применения программного обеспечения для работы с информацией в сфере образования и физической культуры; осуществлять тестирование физической, технической с использованием современных компьютерных технологий, проводить оценку эффективности процесса физической культуры с использованием методов имитационного моделирования; использования полученных экспериментальных данных в профессиональной деятельности; организации автоматизированного рабочего места педагога физического воспитания, тренера. <u>Эталонный уровень</u> Знает: понятия об информации, информатике, информационных процессах, моделях и технологиях, информационное общество, компьютерные технологии сбора, обработки, хранения и передачи экспериментальных данных; понятия математического и компьютерного моделирования в физической культуре и спорте понятия цель, ограничения и критерий качества управления в модели «тренерспортсмен»; видов контроля в спортивно–педагогической практике, понятия имитационного моделирования; комплексной оценки психического и физического состояния человека, программного обеспечения, предназначенного для комплексной оценки, мониторинга психического и физического состояния человека; комплексного

		контроля в спорте. Основы работы с персональным компьютером: с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами Умеет применения программного обеспечения для работы с информацией в сфере образования и физической культуры; использования физического и математического моделирования в физической культуре и спорте; построения объектно–субъектные отношений между учителем (тренером) и учеником, алгоритма управления тренировочным процессом; осуществлять тестирование физической, технической с использованием современных компьютерных технологий, проводить оценку эффективности процесса физической культуры с использованием методов имитационного моделирования; использования полученных экспериментальных данных в профессиональной деятельности; организации автоматизированного рабочего места педагога физического воспитания, тренера; пользоваться информационно–коммуникационными технологиями и средствами связи. Имеет опыт применения программного обеспечения для работы с информацией в сфере образования и физической культуры; использования физического и математического моделирования в физической культуре и спорте; построения объектно–субъектные отношений между учителем (тренером) и учеником, алгоритма управления тренировочным процессом; осуществлять тестирование физической, технической с использованием современных компьютерных технологий, проводить оценку эффективности процесса физической культуры с использованием методов имитационного моделирования; использования полученных экспериментальных данных в профессиональной деятельности; организации автоматизированного рабочего места педагога физического воспитания, тренера; Использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности; пользоваться контрольно–измерительными приборами

7.2. Типовые контрольные задания

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Итоговый контроль теоретических знаний и практических умений магистрантов осуществляется на основе оценки успешности выполнения комплекса учебных заданий (тестовые задания, лабораторные работы, кейс-задания), а также с помощью проведения итогового занятия (компьютерное тестирование, выполнение 70% лабораторных работ и зачет).

Уровень теоретической подготовленности магистрантов оценивается на основе анализа результатов выполнения заданий, связанных с подготовкой краткого реферата научной статьи, творческого проекта (курсовой работы, аналитического обзора), терминологического словаря (гlossария).

Уровень сформированности практических умений и навыков по использованию информационных технологий оценивается на основе анализа результатов выполнения практических заданий, связанных с решением следующих задач:

- подготовка рекламного объявления (рекламного буклета);
- создание и обработка графического изображения (логотипа);
- проектирование электронной таблицы с результатами научного исследования и их графическим представлением;
- анализ тренировочной или соревновательной деятельности и графическое представление его результатов;
- статистический анализ экспериментальных данных и графическое представление его результатов;
- подготовка компьютерной мультимедийной презентации;
- комплексная оценка и мониторинг психического и физического состояния человека;
- имитационное (компьютерное) моделирование, планирование и программирование тренировочного процесса.

Результаты выполнения творческих задач представляются магистрантами к итоговому занятию, которое проводится в виде научной конференции. На итоговом занятии магистранты представляют авторские

Уровень сформированности практических умений и навыков по использованию информационных технологий для решения профессионально-прикладных задач оценивается непосредственно на практическом занятии на основе применения методов оперативного и текущего контроля.

7.2.2. Тестовые задания

Форма тестовых заданий – вопрос, к нему четыре ответа, один из которых правильный. Тестовые задания содержат 20 вопросов.

Нормы оценки ответов на тестовые задания – по 1 баллу за правильный ответ на 1 вопрос.

1. Вид хранимой информации определяет:

- 1) тип соответствующего поля данных;
- 2) устойчивость структур данных;
- 3) связи между данными;
- 4) вложенность структур данных.

2. Под утечкой информации понимается:

- 1) процесс раскрытия секретной информации;
- 2) процесс уничтожения информации;
- 3) непреднамеренная утрата носителя информации;
- 4) несанкционированный процесс переноса информации от источника к злоумышленнику.

3. Компьютерный эксперимент – это:

- 1) решение задачи на компьютере;
- 2) исследование модели с помощью компьютерной программы;
- 3) подключение компьютера для обработки физических экспериментов;
- 4) автоматизированное управление физическим экспериментом.

4. Из предложенного списка к информационным моделям относятся:

- 1) алгоритмы работы системы виброзащиты;
- 2) масштабная модель самолета;
- 3) формула расчета параллельного соединения двух резисторов;
- 4) робот–футболист.

5. Информационной моделью является:

- 1) модель атома;
- 2) макет спортивного комплекса;
- 3) модель электронного документа оборота;
- 4) модель корабля.

6. АСНИ (автоматизированная система научных исследований) – это: 1) программно–аппаратный комплекс, связанный с экспериментальными установками;

- 2) комплекс программ для проведения расчетов научного характера;

- 3) компьютерная программа на рабочем столе научного работника;
- 4) комплекс программ для проведения компьютерного моделирования.

7. Последовательность этапов моделирования:

- 1) цель, объект, модель, метод, алгоритм, программа, эксперимент, анализ, уточнение;
- 2) цель, модель, объект, алгоритм, программа, эксперимент, анализ, уточнение;
- 3) объект, цель, модель, эксперимент, программа, анализ, тестирование;
- 4) объект, модель, цель, алгоритм, метод, программа, эксперимент.

8. Основным отличием информационной технологии экспертных систем от технологии поддержки принятия решения является:

- 1) использование знаний;
- 2) наличие инструментальных систем;
- 3) графическое представление текстов;
- 4) использование конференц – связи.

9. Вирусы могут быть:

- 1) загрузочными
- 2) мутантами
- 3) невидимками
- 4) дефективными.

10. При моделировании объекта необходимо:

- 1) воссоздать сам объект;
- 2) отразить его существенные свойства;
- 3) выделить его единственное существенное свойство;
- 4) создать его точную копию.

11. Для временного хранения информации используется:

- 1) ПЗУ;
- 2) оперативная память ОЗУ);
- 3) монитор;
- 4) адаптер.

12. В основе метода искусственного интеллекта лежит:

- 1) реляционная алгебра;
- 2) математическая логика;
- 3) доказательство теорем;

4) эвристические приемы.

13. Информационная технология автоматической системы научных исследований – это:

- 1) система, помогающая учащимся осваивать новый материал, контролирующая знания;
- 2) система, управляющая работой станка с числовым программным управлением;
- 3) комплекс технических и программных средств, организующих управление в производстве или общественной сфере;
- 4) программно–аппаратный комплекс, в котором научные приборы сопряжены с компьютером, который производит обработку данных и представляет их в удобной форме.

14. Одним из методов исследования в информатике является:

- 1) системно–информационный анализ;
- 2) вероятностный анализ;
- 3) электронный анализ;
- 4) математический анализ.

15. Информационная технология автоматических систем управления– это:

- 1) система, управляющая работой станка с числовым программным управлением;
- 2) комплекс технических и программных средств, организующих управление объектами в производстве или общественной сфере;
- 3) система, помогающая учащимся осваивать новый материал, контролирующая знания;
- 4) программно–аппаратный комплекс, который позволяет эффективно проектировать механизмы, узлы сложных агрегатов.

16. Информационный процесс обеспечивается:

- 1) информационными системами и средствами передачи данных;
- 2) программным обеспечением;
- 3) коммуникационными каналами;
- 4) аппаратным (техническим) обеспечением.

17. АСУ (автоматизированные системы управления) – это:

- 1) комплекс технических и программных средств, обеспечивающих управление объектом в производственной, научной или общественной жизни;
- 2) робот – автомат;

- 3) компьютерная программа на рабочем столе руководителя завода;
- 4) система принятия управленческих решений с привлечением компьютера.

18. Антивирусные средства предназначены:

- 1) для тестирования системы;
- 2) для защиты программ от вируса;
- 3) для проверки программ на наличие вируса и их лечения; 4) для мониторинга системы.

19. Компьютерное моделирование – это:

- 1) процесс построения модели компьютерными средствами;
- 2) процесс исследования объекта с помощью его компьютерной модели;
- 3) построение модели на экране компьютера;
- 4) решение конкретной задачи с помощью компьютера.

20. Информационная технология автоматических обучающих систем – это:

- 1) система, управляющая работой станка с числовым программным управлением;
- 2) система, помогающая учащимся осваивать новый материал, контролирующая знания;
- 3) программно–аппаратный комплекс, в котором научные приборы сопряжены с компьютером, который производит обработку данных и представляет их в удобной форме;
- 4) комплекс технических и программных средств, организующих управление в производстве или общественной сфере.

7.3.3. Вопросы к зачету

- 1. Понятие об информации, информатике, информационных процессах, моделях и технологиях.
- 2. Понятие о спортивно–педагогической информатике.
- 3. Информационная картина мира. Информационный подход как фундаментальный метод научного познания. Роль информации, информатики и компьютерных технологий в развитии общества.
- 4. Компьютеризация общества. Информационные ресурсы общества.
- 5. Информационное общество и технологии информационного общества.

6. Краткий исторический очерк компьютеризации общества и образования. Понятие о компьютеризации общества.
7. Социальные и экономические цели компьютеризации общества.
8. Государственная политика в области компьютеризации.
9. Информатизация и проблемы национальной безопасности.
10. Информатизация в контексте модернизации образования.
11. Средства компьютерных технологий. Технические средства информатизации. Вычислительные машины, системы, сети и комплексы.
12. Программные средства компьютеризации: системное, сервисное и прикладное программное обеспечение.
13. Средства телекоммуникации. Средства компьютерного обеспечения, средства защиты информации.
14. Понятие об компьютерных и телекоммуникационных технологиях.
15. Виды и классификация компьютерных технологий.
16. Состояние, перспективы и тенденции развития компьютерных технологий. Сферы использования компьютерных технологий.
17. Педагогическая информатика как метанаука. Краткая характеристика педагогической информатики как интегральной междисциплинарной науки.
18. Понятие дистанционного обучения, основные принципы его организации.
19. Понятие об информационной культуре человека. Компоненты информационной культуры.
20. Информационные технологии обучения и информационнообразовательная среда вуза.
21. Теоретико–методические аспекты интеграции компьютерных технологий в систему высшего физкультурного образования и профессиональную деятельность специалистов по физической культуре и спорту.
22. Использование компьютерных технологий в отрасли "Физическая культура и спорт".
23. Понятие о компьютерных системах для обслуживания спортивных соревнований, компьютеризированных тренажерно–диагностических стендах, автоматизированных системах для комплексной оценки и мониторинга состояния спортсменов, экспертных системах, мультимедиа технологиях.
24. Использование компьютерных технологий в процессе делопроизводства педагога и тренера.

25. Использование компьютерных технологий в процессе обслуживания спортивных соревнований.

26. Автоматизированные методы функциональной диагностики. Комплексный контроль функциональной подготовленности и физической работоспособности спортсменов.

27. Комплексная оценка и мониторинг психического и физического состояния человека на основе использования компьютерных технологий.

28. Моделирование тренировочного процесса, оценка эффективности тренировочного процесса с использованием методов имитационного моделирования.

29. Планирование и программирование тренировочного процесса в циклических видах спорта с использованием экспертных систем.

30. Перспективы и тенденции развития компьютеризации высшего физкультурного образования, системы подготовки, переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту.

Примерное практическое задание к экзамену

Разработать структуру электронного учебно–методического комплекса по физической культуре для учащихся класса.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .—

Смоленск : СГАФКСТ, 2016. —150 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706490>

2. Алпацкая, Е.В. Определение точности вычислений результатов спортивно–педагогических исследований [Электронный ресурс] : учебнометодическое пособие / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016 .— 37 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706491>

3. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. – М.: Академия, 2008. – 218 с.

Дополнительная:

1. Евсеев, С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие / М.В. Томилова, О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— М. : Советский спорт, 2013 .— 96 с. — ISBN 978–5–9718–0684–4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/279275>

2. Захарова И.Г. Информационные технологии в образовании. Учебное пособие. / И.Г.Захарова. – М.: Академия, 2005. – 286 с.

3. Информационные технологии [Электронный ресурс] : учеб. пособие / З.П. Гаврилова, А.А. Золотарев, Е.Н. Остроух, А.А. Бычков, А.П. Корнюхин, Южный федеральный ун-т .— Ростов н/Д. : Изд-во ЮФУ, 2011 .— 90 с. — Авт. указаны на обороте тит. л. — ISBN 978–5–9275–0893–8 .—

Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/637102>

4. Информационные технологии в образовании [Электронный ресурс] / Григорьева // Актуальные проблемы современной науки .— 2010 .— №6 .— С. 90–91 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/253787> 5. Информационные технологии в профессиональной деятельности [Электронный ресурс] / Т.В. Марзаева .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2015 .— 71 с. — ISBN 978–5–9793–0808–1 .—

Режим доступа: [https://rucont.ru/efd/348195\](https://rucont.ru/efd/348195)

6. Новоселов, М.А. Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / М.А. Новоселов .— М. : РГУФКСМиТ, 2015 .— 52 с. : ил. — Авт. указан на обороте тит. л. — Режим доступа:

<https://rucont.ru/efd/373488>

7. Редькина, Н.С. Информационные технологии в вопросах и ответах [Электронный ресурс] / Н.С. Редькина .— Новосибирск : Издательство ГПНТБ СО РАН, 2010 .— 224 с. — ISBN 978–5–94560 –201–4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/13836>

8. Туревский, И.М. Научно–методическая деятельность в физической культуре и спорте [Электронный ресурс] / И.М. Туревский .— Тула : Издательство ТГПУ им.Л.Н.Толстого, 2010 .— 68 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/186530>

9. Перечень ресурсов информационно–коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. www.elearningpro.ru – портал дистанционного обучения

2. www.onedrive.live.com – сервисы компании Microsoft
3. www.yandex.ru – поисковая система, сервисы Yandex
4. www.youtube.com – видеохостинг

Профессиональные базы

1. Министерство спорта РФ – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/>
2. Министерство науки и высшего образования РФ – Режим доступа: <https://minobrnauki.gov.ru/>
3. Центральная библиотека ГЦОЛИФК – Режим доступа: www.lib.sportedu.ru
4. Библиотека Сибирского государственного университета физической культуры – Режим доступа: www.lib.sibsport.ru
5. Архив журнала «Физическая культура: образование, воспитание, тренировка». – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/>
6. Архив журнала "Теория и практика физической культуры". – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/>
7. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Для успешного овладения программы магистрант обязан регулярно посещать лекции по дисциплине и предъявлять конспекты преподавателю на проверку. В случае отсутствия магистранта на лекции по уважительной причине ему рекомендуется выполнить самостоятельно конспект в соответствии с темой лекции и представить его преподавателю на проверку.

Программа по дисциплине «Информационные технологии в науке и образовании» имеет практическую направленность. При изучении дисциплины магистранты должны научиться работать на компьютере в текстовом редакторе, в табличном процессоре, в программе создания презентаций, в сети. Магистранты обязаны успешно преодолеть все формы промежуточного контроля: тесты и контрольные работы.

11. Материально–техническое обеспечение дисциплины

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Аудитория № 88 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 30; для преподавателя – 2. Учебная доска для мела – 2. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 32 шт, проектор, экран, акустические колонки.	Прикладное ПО: Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 44420776, 20.08.2008 г. Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 67295483, продукт Microsoft WINHOME 10 Russian Academic OLP 1License No level? Microsoft Windows Professional 10 Russian Upgrade Academic OLP 1License No level, 16.08.2016 пакет офисных приложений продукт Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No level, 20.08.2008г. Антивирусное программное обеспечение, (номер в реестре отечественного ПО № 205): Лицензия 13C8–180912–095410– 983–1101, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный RussianEdition. 250499 Node 1 yearEducationalRenewalLicense Интернет–браузеры (отечественное ПО номер в реестре № 3722) Яндекс.Браузер Лицензионное соглашение на использование программ Браузер «Yandex» https://yandex.ru/legal/ browseragreement/

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
2.	Аудитория № Д1 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 30; для преподавателя – 2. Учебная доска для мела – 2. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 32 шт, принтер, проектор, экран, акустические колонки, мультимедийная доска.	Прикладное ПО: Windows 7, ServicePack1, Код продукта: 00359–ОЕМ–8992687– 00010, 31.05.2012 г Пакет офисных приложений продукт Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No level, 20.08.2008г. Антивирусное программное обеспечение, (номер в реестре отечественного ПО № 205): Лицензия 13C8–180912–095410– 983–1101, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License Интернет–браузеры (отечественное ПО номер в реестре № 3722) Яндекс.Браузер Лицензионное соглашение на использование программ Браузер «Yandex» https://yandex.ru/legal/ browseragreement/

Приложение

Индивидуальные задания

1. Создайте презентацию «Анализ техники соревновательного упражнения в избранном виде спорта». Требования к презентации:

А. Презентация PowerPoint включает в себя 7 страниц (допускается более 7–ми страниц). Страницы пронумерованы, начиная со второй (например, СЛАЙД2, СЛАЙД3 и т.д.).

Б. Файл презентации сохраняется в рабочий каталог. Имя файла задается латинскими буквами с указанием фамилии и инициалов автора без пробелов и знаков препинания с расширением PPT (например, если исполнитель – Иванов Петр Сидорович, то файл будет выглядеть так: ivanovps.ppt).

В. Первая страница содержит название вуза, кафедры, где исполнитель учится; фамилию, имя, отчество, курс, факультет, номер учебной группы исполнителя; фамилию, имя, отчество преподавателя, год создания.

Г. Вторая– шестая страницы содержат тезисное (краткое) описание техники соревновательного упражнения со вставленными применительно к содержанию фотографиями. Рекомендуется вставка видеофрагментов.

Д. Последняя страница содержит оглавление презентации с указанием номеров страниц (номеров слайдов). Через номер страницы (слайда) выполняется переход с помощью клавиши мыши к соответствующему слайду.

2. Оформите научную статью по требованиям журнала «Теория и практика физической культуры».

Объем аннотации должен быть примерно 1700–1900 знаков включая пробелы между словами (примерно 150–250 слов). В аннотации также указываются: цель работы, методика исследования, контингент испытуемых, основные результаты.

В начале статьи необходимо указать: предпочитаемую автором рубрику, название статьи, инициалы и фамилии авторов, ученые степени и звания, название организации, в которой выполнена работа, город, страну, ключевые слова (не более 5–7 слов).

Научные статьи должны состоять из разделов: «Введение», «Методы и организация исследования», «Результаты и их обсуждение», «Заключение» («Выводы»), «Литература». Материалы методического характера, как педагогической, так и медико–биологической направленности, должны состоять из введения, практических рекомендаций, научного или опытного обоснования, списка литературы. Раздел практических рекомендаций таких статей составляет не менее 75% всего объема. Статьи дискуссионного, публицистического характера к рубрикам «Приглашаем к дискуссии», «Консультации» и т.п. могут быть выполнены в произвольной форме.

В таблицах необходимо стремиться к максимальной краткости заголовков граф, не давать величин, легко выводимых из имеющихся (например, разность или проценты), не допускать сокращения слов, не дублировать данные, описанные в тексте. Желательно форматировать таблицы на всю ширину страницы. Таблицы, занимающие страницу полностью, не принимаются.

Графики, чертежи и схемы должны быть выполнены в любых программах векторной графики (CorelDraw, AdobeIllustrator, AutoCAD), используется шрифт Arial. Также допускается построение графиков (но не схем и чертежей) средствами Word и Excel. К статье можно прилагать фотографии и рисунки хорошего качества, иллюстрирующие проводимый эксперимент. Качество изображений должно

обеспечивать возможность полиграфического воспроизведения без дополнительной обработки. Иллюстрации с подписями должны быть вложены в файл с рукописью, а также приложены отдельными графическими файлами (tiff,jpg) с разрешением не менее 2000 пикселей по одной из сторон.

Таблицы, схемы и рисунки должны быть размещены на вертикальном листе как и весь текст.

Список литературы должен быть выстроен по алфавиту в соответствии с правилами библиографического описания по ГОСТУ 7.1–2003. Также список литературы должен быть представлен на английском языке в соответствии с русским вариантом. Ссылки в тексте даются в квадратных скобках в соответствии с номерами списка литературы. Сноски приводятся в виде верхнего индекса. Ответственность за точность сведений в списке литературы несет автор.

Рукопись должна включать дату написания, фамилии всех авторов, почтовый адрес, телефон и в обязательном порядке e-mail одного из авторов. Объем статьи должен быть ровно 4 или 7 стр. формата А4 (большой объем – по договоренности), оформленных по приведенным ниже правилам (в рубрику «Из портфеля редакции» – от 1 до 2 стр.). В этот объем входят: текст, таблицы, иллюстрации, список литературы и аннотации, электронный адрес автора (фото автора не учитывается).

Формат файла с рукописью – MS Word, правое поле – 1 см, все остальные – по 2 см, шрифт Arial, заголовок – кегель 14, основной текст (в том числе текст таблиц) – кегель 10, список литературы – кегель 8. Весь текст – через полуторный интервал. Все отступы – 0.

Результаты выполнения творческих задач представляются аспирантами к итоговому занятию, которое проводится в виде научной конференции. На итоговом занятии аспиранты представляют авторские работы.

Кейс–задания

Задание 1.

1. Подготовить обзор и выполнить анализ специализированных Интернет– ресурсов сферы туризма (обзор 3–5 специализированных сайтов представляется в виде краткого отчета – объем 1,5–2,0 страницы, оформляется в соответствии с общепринятыми требованиями). При подготовке отчета необходимо руководствоваться следующей схемой анализа Интернет–ресурсов (web–сайтов):

- название сайта (Интернет–ресурса);
- web–адрес сайта (Интернет–ресурса), например: <http://www.sgafkst.ru>;
- цели и задачи сайта;
- основное содержание сайта (по разделам сайта);
- краткая характеристика дизайна сайта;
- элементы навигации по сайту (меню, гиперссылки);
- научная, образовательная, социальная или иная значимость сайта;
- другие характеристики сайта (Интернет–ресурса).

2. Подготовить краткую аннотацию научной статьи, опубликованную в журнале “Теория и практика физической культуры” и размещенную в электронном каталоге Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (www.lib.sportedu.ru) (аннотация представляется в виде краткого отчета, оформляется в соответствии с общепринятыми требованиями, примерный объем – 1,0 страница).

При подготовке отчета необходимо руководствоваться следующей схемой подготовки краткой аннотации научной статьи:

- выходные данные статьи (автор, название статьи, название издания, страницы); –
- ключевые слова (три–пять слов);
- текст аннотации.

Задание 2.

Создать Web–сайт, рассказывающий о вас.

Сайт рекомендуется хранить в отдельной, специально созданной папке Сайт, вложенной в папку Ваша_фамилия. Здесь будут находиться как Web–страницы, так и графические файлы. Начальная страница сайта обычно имеет имя index.htm, в этом случае для начала просмотра сайта, в адресе достаточно указать путь к папке, где он хранится.

Начальная страница «Мой сайт» будет содержать информацию о вас, вашем образовании, опыте работы, вашей профессиональной деятельности.

Задание 3.

Создать мультимедийный электронный учебник по одной из дисциплин курса.

Проектная работа может быть выполнена в Microsoft PowerPoint, или в любом вебредакторе. В работу должны быть включены методические материалы, демонстрация проектной деятельности, а так же сам электронный учебник, по которому можно проводить обучение.

Форма тестовых заданий – вопрос, к нему четыре ответа, один из которых правильный. Тестовые задания содержат 20 вопросов.

Нормы оценки ответов на тестовые задания – по 1 баллу за правильный ответ на 1 вопрос.

Тест 1

1. Вид хранимой информации определяет:
 - 1) тип соответствующего поля данных;
 - 2) устойчивость структур данных;
 - 3) связи между данными;
 - 4) вложенность структур данных.
2. Под утечкой информации понимается:
 - 1) процесс раскрытия секретной информации;
 - 2) процесс уничтожения информации;
 - 3) непреднамеренная утрата носителя информации;
 - 4) несанкционированный процесс переноса информации от источника к злоумышленнику.
3. Компьютерный эксперимент – это:
 - 1) решение задачи на компьютере;
 - 2) исследование модели с помощью компьютерной программы;
 - 3) подключение компьютера для обработки физических экспериментов;
 - 4) автоматизированное управление физическим экспериментом.
4. Из предложенного списка к информационным моделям относятся:
 - 1) алгоритмы работы системы виброзащиты;
 - 2) масштабная модель самолета;
 - 3) формула расчета параллельного соединения двух резисторов;
 - 4) робот–футболист.
5. Информационной моделью является:
 - 1) модель атома;
 - 2) макет спортивного комплекса;
 - 3) модель электронного документа оборота;
 - 4) модель корабля.
6. АСНИ (автоматизированная система научных исследований) – это:
 - 1) программно–аппаратный комплекс, связанный с экспериментальными установками;
 - 2) комплекс программ для проведения расчетов научного характера;
 - 3) компьютерная программа на рабочем столе научного работника;
 - 4) комплекс программ для проведения компьютерного моделирования.
7. Последовательность этапов моделирования:
 - 1) цель, объект, модель, метод, алгоритм, программа, эксперимент, анализ, уточнение;
 - 2) цель, модель, объект, алгоритм, программа, эксперимент, анализ, уточнение;
 - 3) объект, цель, модель, эксперимент, программа, анализ, тестирование;
 - 4) объект, модель, цель, алгоритм, метод, программа, эксперимент.
8. Основным отличием информационной технологии экспертных систем от технологии поддержки принятия решения является:
 - 1) использование знаний;
 - 2) наличие инструментальных систем;
 - 3) графическое представление текстов;
 - 4) использование конференц–связи.
9. Вирусы могут быть:

- 1) загрузочными;
 - 2) мутантами;
 - 3) невидимками;
 - 4) дефективными.
10. При моделировании объекта необходимо:
- 1) воссоздать сам объект;
 - 2) отразить его существенные свойства;
 - 3) выделить его единственное существенное свойство; 4) создать его точную копию.
11. Для временного хранения информации используется:
- 1) ПЗУ;
 - 2) оперативная память (ОЗУ); 3) монитор; 4) адаптер.
12. В основе метода искусственного интеллекта лежит:
- 1) реляционная алгебра;
 - 2) математическая логика; 3) доказательство теорем;
 - 4) эвристические приемы.
13. Информационная технология автоматической системы научных исследований – это:
- 1) система, помогающая учащимся осваивать новый материал, контролирующая знания;
 - 2) система, управляющая работой станка с числовым программным управлением; 3) комплекс технических и программных средств, организующих управление в производстве или общественной сфере;
 - 4) программно–аппаратный комплекс, в котором научные приборы сопряжены с компьютером, который производит обработку данных и представляет их в удобной форме.
14. Одним из методов исследования в информатике является:
- 1) системно–информационный анализ;
 - 2) вероятностный анализ;
 - 3) электронный анализ;
 - 4) математический анализ.
15. Информационная технология автоматических систем управления– это:
- 1) система, управляющая работой станка с числовым программным управлением; 2) комплекс технических и программных средств, организующих управление объектами в производстве или общественной сфере;
 - 3) система, помогающая учащимся осваивать новый материал, контролирующая знания;
 - 4) программно–аппаратный комплекс, который позволяет эффективно проектировать механизмы, узлы сложных агрегатов.
16. Информационный процесс обеспечивается:
- 1) информационными системами и средствами передачи данных;
 - 2) программным обеспечением;
 - 3) коммуникационными каналами;
 - 4) аппаратным (техническим) обеспечением.
17. АСУ (автоматизированные системы управления) – это:
- 1) комплекс технических и программных средств, обеспечивающих управление объектом в производственной, научной или общественной жизни;

- 2) робот – автомат;
 - 3) компьютерная программа на рабочем столе руководителя завода; 4) система принятия управленческих решений с привлечением компьютера.
18. Антивирусные средства предназначены:
- 1) для тестирования системы;
 - 2) для защиты программ от вируса;
 - 3) для проверки программ на наличие вируса и их лечения; 4) для мониторинга системы.
19. Компьютерное моделирование – это:
- 1) процесс построения модели компьютерными средствами;
 - 2) процесс исследования объекта с помощью его компьютерной модели;
 - 3) построение модели на экране компьютера;
 - 4) решение конкретной задачи с помощью компьютера.
20. Информационная технология автоматических обучающих систем – это:
- 1) система, управляющая работой станка с числовым программным управлением;
 - 2) система, помогающая учащимся осваивать новый материал, контролирующая знания;
 - 3) программно–аппаратный комплекс, в котором научные приборы сопряжены с компьютером, который производит обработку данных и представляет их в удобной форме;
 - 4) комплекс технических и программных средств, организующих управление в производстве или общественной сфере.

ТЕСТ 2

1. Система научных и инженерных знаний, а также методов и средств, которая используется для создания, сбора, передачи, хранения и обработки информации в предметной области.
 - а) информационная технология
 - б) информационная система
 - в) информатика
 - г) кибернетика
2. Классификация информационных технологий (ИТ) по способу применения средств и методов обработки данных включает:
 - а) базовую ИТ
 - б) общую ИТ
 - в) конкретную ИТ
 - г) специальную ИТ
 - д) глобальную ИТ
3. В развитии информационных технологий произошло следующее число революций:
 - а) 2
 - б) 3
 - в) 4
 - г) 5
4. Для передачи в сети web–страниц используется протокол:
 - а) www
 - б) http
 - в) ftp
 - г) dns

5. Научная дисциплина, изучающая законы и методы накопления, обработки и передачи информации с помощью ЭВМ.
- а) информационная технология
 - б) информационная система
 - в) информатика
 - г) кибернетика
6. Сеть, объединяющая компьютеры в комнате или соседних помещениях.
- а) глобальная сеть
 - б) локальная сеть
 - в) региональная сеть
7. Главная управляющая программа (комплекс программ) на ЭВМ.
- а) операционная система
 - б) прикладная программа
 - в) графический редактор
 - г) текстовый процессор
8. Совокупность объектов реального или предполагаемого мира, рассматриваемых в пределах данного контекста, который понимается как отдельное рассуждение, фрагмент научной теории или теория в целом и ограничивается рамками информационных технологий избранной области.
- а) предметная область
 - б) объектная область
 - в) база данных
 - г) база знаний
9. Заражение компьютерными вирусами может произойти в процессе:
- а) работы с файлами
 - б) форматирования дискеты
 - в) выключения компьютера
 - г) печати на принтере
10. Минимальным объектом, используемым в растровом графическом редакторе, является:
- а) точка экрана (пиксель)
 - б) объект (прямоугольник, круг и т.д.)
 - в) палитра цветов
 - г) знакоместо (символ)

ТЕСТ 3

1. Программа, не являющаяся антивирусной:

- а) AVP б) Defrag в) Norton Antivirus г) Dr Web

2. Класс программ, не относящихся к антивирусным:

- а) программы–фаги
б) программы сканирования
в) программы–ревизоры
г) программы–детекторы

3. Способ появления вируса на компьютере:

- а) перемещение с гибкого диска
б) при решении математической задачи
в) при подключении к компьютеру модема
г) самопроизвольно

4. Заражению компьютерными вирусами могут подвергнуться:

- а) графические файлы
б) программы и документы
в) звуковые файлы
г) видеофайлы

5. Данный способ подключения к Интернет обеспечивает наибольшие возможности для доступа к информационным ресурсам:

- а) постоянное соединение по оптоволоконному каналу
б) удаленный доступ по коммутируемому телефонному каналу
в) постоянное соединение по выделенному телефонному каналу
г) терминальное соединение по коммутируемому телефонному каналу

6. Основные принципы работы новой информационной технологии:

- а) интерактивный режим работы с пользователем
б) интегрированность с другими программами
в) взаимосвязь пользователя с компьютером
г) гибкость процессов изменения данных и постановок задач
д) использование поддержки экспертов

7. Электронная почта (e-mail) позволяет передавать...

- а) только сообщения
б) только файлы
в) сообщения и приложенные файлы
г) видеоизображения

8. Базовым стеком протоколов в Internet является:

а) HTTP б) HTML в) TCP г) TCP/IP

9. Компьютер, подключенный к Internet, обязательно имеет:

- а) IP–адрес
- б) Web–сервер
- в) домашнюю web–страницу
- г) доменное имя

10. Гиперссылки на web – странице могут обеспечить переход:

- а) только в пределах данной web – страницы
- б) только на web – страницы данного сервера
- в) на любую web – страницу данного региона
- г) на любую web – страницу любого сервера Интернет

ТЕСТ 4

1. Задан адрес электронной почты в сети Internet: user_name@int.glasnet.ru. «Имя» владельца электронного адреса: а) int.glasnet.ru

- б) user_name
- в) glasnet.ru
- г) ru

2. Браузеры являются:

- а) серверами Интернет
- б) антивирусными программами
- в) трансляторами языка программирования
- г) средством просмотра web–страниц

3. Web–страницы имеют расширение:

- а) *.txt б) *.htm в) *.doc г) *.exe

4. Модем – это устройство, предназначенное для:

- а) вывода информации на печать
- б) хранения информации
- в) обработки информации в данный момент времени
- г) передачи информации по каналам связи

5. В качестве гипертекстовых ссылок можно использовать:

- а) только слово
- б) только картинку
- в) любое слово или любую картинку
- г) слово, группу слов или картинку

6. Web–страница – это ...

- а) документ специального формата, опубликованный в Internet
- б) документ, в котором хранится вся информация по сети
- в) документ, в котором хранится информация пользователя
- г) сводка меню программных продуктов

7. Домен – это ...

- а) единица измерения информации
- б) часть адреса, определяющая адрес компьютера пользователя в сети
- в) название программы, для осуществления связи между компьютерами
- г) название устройства, осуществляющего связь между компьютерами

8. Задан адрес электронной почты в сети Интернет: user_name@mtu-net.ru. «Имя» компьютера, на котором хранится почта: а) mtu-net.ru б) ruв) mtu-net г) user_name

9. Гипертекст – это ...

- а) очень большой текст
- б) текст, набранный на компьютере
- в) текст, в котором используется шрифт большого размера
- г) структурированный текст, в котором могут осуществляться переходы по выделенным меткам

10. Для поиска информации в WWW используются следующие типы поисковых систем:

- а) поисковые каталоги
- б) поисковые индексы
- в) индивидуальные поисковые системы
- г) рейтинговые поисковые системы
- д) общие поисковые системы

«СОГЛАСОВАНО»

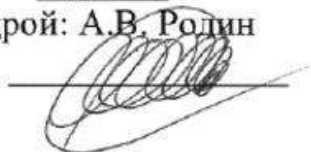
Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра теории и методики спортивных игр

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
« 27 » 05 2026 г.
протокол № 11
Зав.кафедрой: А.В. Родин



«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июль 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
**ОЛИМПИЙСКИЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СПОРТ: ТЕНДЕНЦИИ
И ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ**
основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

***Направленность (профиль программы): «Управление психологической
подготовкой в сфере спорта»***

Уровень: магистратура
Форма обучения: заочная
Курс – 1 (1,2 семестр)
Итоговые формы контроля: зачет

Рабочую программу разработал:
к.п.н., доцент Захаров П.С.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	6
5. Содержание дисциплины	6
5.1. Количество часов по видам занятий.....	6
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий.....	7
6. Самостоятельная работа студентов.....	13
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	16
7.1. Показатели и критерии оценивания дисциплины на этапе формирования компетенций	16
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	19
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине	19
7.2.3. Вопросы для подготовки к зачету	25
8. Перечень основной и дополнительной литературы	26
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины	28
10. Методические указания для обучающихся, по освоению дисциплины	29
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины	31
ПРИЛОЖЕНИЕ	34

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++ по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 №947, зарегистрированным в Минюсте РФ 16 октября 2017 г. рег.№ 48567 и внесены изменения на основе Приказа Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82.

Область профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере профессионального образования; дополнительного профессионального образования; в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической культуры и массового спорта; в сфере подготовки спортивного резерва, в сфере управления в области физической культуры и спорта).

Соответствие видов профессиональной деятельности и направленности (профиля) образовательной программы по направлению 49.04.03 «Спорт»
Уровень образования: магистратура.

Типы задач профессиональной деятельности	Направленность (профиль)
тренерские организационно-методические научно-исследовательские	Подготовка квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) «Методика организации и проведения различных учебных занятий в специализированном вузе».

Универсальные компетенции	УК-1
Общепрофессиональные компетенции	ОПК-5; ОПК-8
Профессиональные компетенции	ПК – 6

Профессиональные стандарты (ПС):
05.003 – Тренер.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом:

В результате изучения по дисциплине студент должен	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: Олимпийская Хартия международного Олимпийского комитета; теоретические и методические основы тренерской деятельности; этические нормы в области спорта; основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и знаний по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность, за такое противоправное влияние. Уметь: собирать информацию из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы (в том числе на иностранном языке), статистических сборников, иных отчетных данных и т.п.; выполнять анализ тренировочного и соревновательного процесса и причины его несовершенства; ставить цели и определять задачи тренерской работы, исходя из целей и задач спортивной сборной команды; использовать информационные технологии, в том числе текстовые	ПС «Тренер» G/01.7.Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности. G/02.7. Оказание экспертной и методической помощи по вопросам своей компетенции. H/01.7. Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине). H/02.7. учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	УК-1 ОПК-5 ОПК-8 ПК-6

редакторы, электронные таблицы, электронную почту в своей деятельности.		
Иметь опыт: руководство внедрением новейших методик в практику тренировочным процессом в конкретных физкультурно-спортивных организациях; выполнение поиска информации, необходимой для решения проблемы осуществления тренировочного и соревновательного процесса; определение на каждом этапе подготовки целей и задач спортивных сборных команд нижестоящий тренеров для достижения спортивных результатов; оценка эффективности подготовки спортсменов с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности.		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

«Олимпийский и профессиональный спорт: тенденции и особенности функционирования» включена в перечень обязательных дисциплин обязательной части (Б1.О.04) учебного плана основной образовательной программы по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» профиль подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой спортсмена».

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения (1, 2 семестр). Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): зачет (2 семестр).

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента в области истории физической культуры и спорта, правовых основ в сфере физической культуры и спорта, менеджменте в спорте, теории и методики физической культуры и спорта, теории и методики в избранном виде спорта.

Выпускник, должен обладать следующими **универсальными компетенциями:**

- способностью осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий (УК-1).

Выпускник должен обладать следующими **общепрофессиональными компетенциями:**

- способностью формировать общественное мнение о физической культуре, как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья (ОПК-5);

- способностью обобщать и внедрять в практическую работу Российский, зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений (ОПК-8).

Выпускник, должен обладать **профессиональными компетенциями**, соответствующими виду (видам) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа магистратуры:

- способностью обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения (ПК-6).

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр	
			1	2
Контактная работа преподавателя с обучающимися		18	2	16
Лекции			2	2
Практические занятия			-	14
Зачет		4		4
				зачет
Самостоятельная работа		86	20	66
Общая трудоемкость	часы	108	42	66
	ЗЕ	3		

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

N п/ п	Наименование разделов	Всего, час	Аудиторные занятия, час.			самостоятельн работа час.
			лекции	практич..	семинар	
1. Становление и развитие современного профессионального спорта за рубежом						
1.	Зарождение и первоначальное развитие современного спорта	14	2			10
2	Профессиональный спорт и его характерные особенности	16	2			10

3	Международные спортивные федерации. Управление видами спорта.	16		2		10
2. Противостояние любительского и профессионального спорта в спорте высших достижений						
4	Любительский и профессиональный спорт в олимпийском движении	16		2		12
5	Спортивные клубы в условиях рыночной экономики	17		2		12
6	Особенности процесса профессионализации в избранном виде спорта	22		4		12
3. Современный этап развития профессионального спорта и олимпийского движения						
7	Современное Олимпийское движение и его особенности	18		2		10
8	Тенденции и особенности функционирования олимпийского и профессионального спорта	16		2		10
9	зачет	4				
Итого (включая 4 часа на итоговый контроль):		144	4	14		126

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

1 семестр

Раздел 1. Становление и развитие современного профессионального спорта за рубежом

Тема 1. Зарождение и первоначальное развитие современного спорта (лекция 2 часа).

План:

1. Начальное спортивное движение.
2. Особенности развития спорта во второй половине XIX – начале XX века. Становление Международного спортивного движения.
3. Первые международные спортивные соревнования.
4. Генезис и развитие спорта в России. Некоторые теоретические аспекты генезиса отечественного спорта. Зарождение отдельных видов спорта. Создание кружков и клубов. Первые международные встречи.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: движущие силы и закономерности исторических процессов развития современного спорта; этапы развития спортивного движения, международный спортивный опыт.

Умений: определить место и роль человека и спортсмена в историческом процессе; давать оценку происходящим событиям в мировом спорте; пользоваться литературными источниками для сравнения и подведения итогов отдельным событиям; прогнозировать предстоящий ход событий в избранном виде спорта.

Навыков владения: по актуальным вопросам в профессиональной деятельности, средствами анализа и обобщения имеющейся информации, способами определения приоритетных направлений в организации спортивной деятельности и методами управления спортивным коллективом в соответствии выбранных решений.

Формирование – универсальных (УК-1), и общепрофессиональных (ОПК-5, ОПК-8), профессиональных (ПК-6) компетенций.

2 семестр

Тема 2. Профессиональный спорт и его характерные особенности. История и современное состояние (лекция 2 часа).

1. Происхождение профессионального спорта в Древнем Риме. Зарождение современного профессионального спорта.

2. Характерные особенности профессионального спорта.

3. Развитие профессионального спорта в различных странах. Тенденции развития мирового профессионального спорта. Функции профессионального спорта.

4. Отличие профессионального спорта от спорта высших достижений.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных понятий в профессиональном спорте; концепциях развития спорта в различных странах, опята и тенденциях развития мирового профессионального спорта.

Умений: определить ведущие направления современного профессионального спорта, анализировать особенности профессионального спорта в разных странах, объяснять исторические процессы и их связь со спортом.

Навыков владения: системой научных знаний и процессов, происходящих в профессиональном спорте, технологией применения обобщенных знаний к избранному виду спорта в профессиональной деятельности.

Формирование – универсальных (УК-1), и общепрофессиональных (ОПК-5, ОПК-8), профессиональных (ПК-6) компетенций.

Тема 3. Международные спортивные федерации. Управление видами спорта (практическое занятие 2 часа).

План:

1. Путь к созданию международных спортивных федераций. Правовой статус Международных спортивных федераций.

2. Структура и организационно-управленческая работа Международных спортивных федераций. Виды спортивных федераций (ассоциаций), цели их деятельности.

3. Развитие вида спорта и управление им, как основная деятельность спортивных федераций.

4. Государственная политика в сфере спорта и международное сотрудничество.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основы формирования мировоззренческой позиции; основы самоорганизации и самообразования; исторические закономерности развития спорта; отечественный и зарубежный опыт в управлении спортивным коллективом; содержание и работу спортивных федераций, особенно в избранном виде спорта.

Умений: формулировать и представлять обобщения и выводы; проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности; объяснять тенденции развития в избранном виде профессиональной деятельности, пользоваться методами анализа и обобщения существующего научно-методического и исследовательского опыта в профессиональной деятельности.

Навыков владения: формирования мировоззренческой позиции; самоорганизации и самообразования; актуальными вопросами в сфере спорта; методами обработки результатов исследований, основами формулировки и представления обобщений и выводов; научным анализом результатов исследований и навыками использования их в практической деятельности; приемами в управлении коллективом.

Формирование – универсальных (УК-1), и общепрофессиональных (ОПК-5, ОПК-8), профессиональных (ПК-6) компетенций.

Раздел 2. Противостояние любительского и профессионального спорта в спорте высших достижений

Тема 4. Любительский и профессиональный спорт в олимпийском движении (практическое занятие 2 часа).

План:

1. Определение понятий «спорт», «олимпийский спорт», «профессиональный спорт», «профессионально-коммерческий спорт», «спортсмен», «профессиональный спортсмен».

2. Особенности и социальные функции профессионального коммерческого спорта.

3. Национальные особенности профессионального спорта.

4. Противостояние олимпийского (любительского) и профессионального спорта в международном спортивном движении. Интернационализация профессионального спорта.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных понятий; методы анализа и обработки результатов исследований; алгоритм формулировки и представления обобщений и выводов; основы проведения научного анализа результатов исследований и использования их в практической деятельности; закономерности и принципы развития в избранном виде профессиональной деятельности.

Умений: проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности; объяснять тенденции развития в избранном виде профессиональной деятельности, пользоваться методами анализа и обобщения существующего научно-методического и исследовательского опыта в профессиональной деятельности.

Навыков владения: основами формулировки и представления обобщений и выводов; научным анализом результатов исследований и навыками использования их в практической деятельности; приемами в управлении коллективом; опытом выявления актуальных проблем и технологией их решения; способностями и приемами в осуществлении индивидуального выбора эффективного использования современных средств, в проведении тренировочной и соревновательной деятельности.

Формирование – универсальных (УК-1), и общепрофессиональных (ОПК-5, ОПК-8), профессиональных (ПК-6) компетенций.

Тема 5. Спортивные клубы в условиях рыночной экономики (практическое занятие 2 часа).

План:

1. Спорт в системе рыночных отношений.
2. Адаптация спортивных клубов в условиях перехода к рыночной экономике в стране.
3. Управленческие технологии организации и развития спортивного клуба.
4. Статус современного спортсмена.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных понятий; методы анализа и обработки результатов исследований; алгоритм формулировки и представления обобщений и выводов; основы проведения научного анализа результатов исследований и использования их в практической деятельности; закономерности и принципы развития в избранном виде профессиональной деятельности.

Умений: проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности; объяснять тенденции развития в избранном виде профессиональной деятельности, пользоваться методами анализа и обобщения существующего научно-методического и исследовательского опыта в профессиональной деятельности.

Навыков: основами формулировки и представления обобщений и выводов; научным анализом результатов исследований и навыками использования их в практической деятельности; приемами в управлении коллективом; опытом выявления актуальных проблем и технологией их решения; способностями и приемами в осуществлении индивидуального выбора эффективного использования современных средств, в проведении тренировочной и соревновательной деятельности.

Формирование – универсальных (УК-1), и общепрофессиональных (ОПК-5, ОПК-8), профессиональных (ПК-6) компетенций.

Тема 6. Особенности процесса профессионализации в избранном виде спорта (практическое занятие 4 часа).

План:

1. Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта.
2. Функционирование федераций в избранном виде спорта.
3. Особенности профессионализации, присущие избранному виду спорта.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: методы анализа и обработки результатов исследований; алгоритм формулировки и представления обобщений и выводов; основы проведения научного анализа результатов исследований и использования их в практической деятельности; закономерности и принципы развития в избранном виде профессиональной деятельности.

Умений: проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности; объяснять тенденции развития в избранном виде профессиональной деятельности, пользоваться методами анализа и обобщения существующего научно-методического и исследовательского опыта в профессиональной деятельности.

Навыков владения: основами формулировки и представления обобщений и выводов; научным анализом результатов исследований и навыками использования их в практической деятельности; приемами в управлении коллективом; опытом выявления актуальных проблем и технологией их решения; способностями и приемами в осуществлении индивидуального выбора эффективного использования современных средств, в проведении тренировочной и соревновательной деятельности.

Формирование – универсальных (УК-1), и общепрофессиональных (ОПК-5, ОПК-8), профессиональных (ПК-6) компетенций.

Раздел 3. Современный этап развития профессионального спорта и олимпийского движения.

Тема 7. Современное Олимпийское движение и его особенности (практическое занятие 2 часа).

План:

1. Современный МОК и Олимпийская Хартия.
2. Основные изменения в Олимпийской Хартии. Современный МОК: основные задачи, местонахождение, коммерческая деятельность.
3. Проблемы современного международного спортивного и олимпийского движения и пути их решения. Президенты МОК, их вклад в развитие олимпизма в мире.
4. Взаимосвязь МОК с ООН и другими международными организациями.
5. Актуальные проблемы МС и ОД в XXI веке (допинг, судейство, профессионализация, формирование олимпийской программы, выбор олимпийских столиц и др.). Борьба с загрязнением окружающей среды. Экология на Олимпийских играх. Роль спорта в профилактике наркомании, алкоголизма, курения.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: о современном состоянии Олимпийского движения; места человека в окружающем мире, основных проблемах современного Олимпийского движения и имеющегося опыта его решения.

Умений: анализировать и сопоставлять имеющиеся факты в исторических процессах, определять проблемы и поиски пути их решений, использованию творческого потенциала при нестандартном решении проблемных задач.

Навыков владения: способностью принимать решения в нестандартных ситуациях, практических умений в организации исследований при проблемных ситуациях, набором управленческих решений.

Формирование – универсальных (УК-1), и общепрофессиональных (ОПК-5, ОПК-8), профессиональных (ПК-6) компетенций.

Тема 8. Тенденции и особенности функционирования профессионального и олимпийского спорта (практическое занятие 2 часа).

План:

1. Значительный рост спортивных достижений.
2. Удорожание спортивных соревнований.
3. Резкое омоложение спорта.
4. Профессионализация спорта.
5. Кризис олимпизма.
6. Возникновение новых видов спорта.
7. Размытые грани.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: методы анализа и обработки результатов исследований; алгоритм формулировки и представления обобщений и выводов; основы проведения научного анализа результатов исследований и использования их в практической деятельности; закономерности и принципы развития в избранном виде профессиональной деятельности.

Умений: способностью к критическому анализу состояния и оцениванию динамики объектов деятельности, выявлять актуальные проблемы и ставить конкретные задачи их решения.

Навыков владения: основами формулировки и представления обобщений и выводов; научным анализом результатов исследований и навыками использования их в практической деятельности; приемами в управлении коллективом; опытом выявления актуальных проблем и технологией их решения; способностями и приемами в осуществлении индивидуального выбора эффективного использования современных средств, в проведении тренировочной и соревновательной деятельности.

Формирование – универсальных (УК-1), и общепрофессиональных (ОПК-5, ОПК-8), профессиональных (ПК-6) компетенций.

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам:

Содержание самостоятельной работы	Ко л. час.	Формы и сроки контроля
Зарождение и первоначальное развитие современного спорта	10	Тестирование
Профессиональный спорт и его характерные особенности	10	Опрос
Международные спортивные федерации. Управление видами спорта.	10	Составление конспекта по теме
Любительский и профессиональный спорт в олимпийском движении	12	Обсуждение в виде дискуссии.
Спортивные клубы в условиях рыночной экономики	12	Опрос
Особенности процесса профессионализации в избранном виде спорта	12	Доклад на занятии. Защита реферата. По графику дисциплины
Современное Олимпийское движение и его особенности	10	Письменная работа. В течение семестра

Тенденции и особенности функционирования олимпийского и профессионального спорта	10	Обсуждение на занятии.
Зачет	4	
итого	86	

Литература для самоподготовки

1. Твой олимпийский учебник: учеб.пособие для олимпийского образования / В.С. Родченко [и др.]; Олимпийский комитет России. - 26-е изд., перераб. и доп. - Москва: Спорт, 2017. - 224 с.: ил.
2. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов [Электронный ресурс]: учебник / В.Д. Фискалов.— М.: Советский спорт, 2010.— 197 с.: ил. — ISBN 978-5-9718-2462-8.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/225216>
3. Фискалов, В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта [Электронный ресурс]: учеб.пособие / В.П. Черкашин, В.Д. Фискалов.— М.: Спорт, 2016.— 353 с. : ил. — ISBN 978-5-906839-21-3.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641317>
4. Олимпийское образование учащейся молодежи [Электронный ресурс]: учебное пособие / Сост.: Поликарпова Г.М. — М.: РГУФКСМиТ, 2014.— 97 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/318562>
5. Мельникова, Н.Ю. Олимпийское образование [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ» / Н.Ю. Мельникова, В.Е. Петракова, А.В. Трескин, Н.С. Леонтьева, Н.Ю. Мельникова.— М.: РГУФКСМиТ, 2011.— 134 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/202930>
6. Суник, А. Российский спорт и олимпийское движение на рубеже XIX - XX веков [Электронный ресурс] / А. Суник .— 2-е изд., испр. и доп. — М.: Советский спорт, 2004 .— 763 с. — ISBN 5-85009-853-4 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/225213>
7. Иссурин, В.Б. Подготовка спортсменов XXI века. Научные основы и построение тренировки [Электронный ресурс] / пер.: И.В. Шаробайко, В.Б.Иссурин.— М.: Спорт, 2016 .— 465 с. : ил. — Пер. с англ.; Библиогр. в конце глав.— ISBN 978-5-906839-57-2.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641247>
8. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебник / А.В. Трескин, Н.Ю. Мельникова.— М.: Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-0613-4.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279287>

9. Григорьева, И.И. Образование и спортивная подготовка: процессы модернизации. Вопросы и ответы. Ч. I. Организация тренировочного процесса [Электронный ресурс] / И.И. Григорьева, Д.Н. Черноног, ред.: Ю.Д. Нагорных.— М. : Спорт, 2016.— 297 с. — ISBN 978-5-906839-19-0.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641230>
10. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте [Электронный ресурс]: учебник / С.В. Алексеев.— М.: Советский спорт, 2013.— 520 с. — ISBN 978-5-9718-0632-5.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279262>
11. Дивинская, Е. В. Олимпийское образование будущих специалистов физической культуры и спорта на основе личностно ориентированного подхода [Электронный ресурс]: монография / Е. В. Дивинская.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 168 с. — Библиогр.: с. 110-125 (165 назв.).— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/233153>
12. Краткая олимпийская энциклопедия. А - Я [Электронный ресурс] / В. Л. Штейнбах.— М.: Олимпия: Спорт, 2016 .— 529 с. : ил. — [16] с. цв. вкл. — ISBN 978-5-906839-15-2.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641196>
13. Большая олимпийская энциклопедия. В 2 т. Т. 1. А-Н; Т. 2. О-Я [комплект] [Электронный ресурс]: Все об Олимпийских играх: чемпионы, тренеры, члены МОК, журналисты..., Олимпийские виды спорта, страны, города, термины. Технические результаты всех олимпийских соревнований с 1896 по 2006 год / В.Л. Штейнбах.— М.: Олимпия Пресс, 2006.— 1754 с.: ил. — ISBN 5-94299-089-1- (Т. 2).— ISBN 5-94299-088-3 (Т. 1).— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641144>
14. Суник, А.Б. Современные олимпийские игры: краткий исторический очерк (1896–2012 гг.) [Электронный ресурс] / А.Б. Суник.— М.: Советский спорт, 2013.— 232 с.: ил. — ISBN 978-5-9718-0590-8.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/280568/>
15. Твой олимпийский учебник : учеб.пособие для олимпийского образования / В.С. Родченко [и др.]; Олимпийский комитет России. - 27-е изд., перераб. и доп. - Москва: Спорт, 2019. - 216 с. : ил.
16. Никитушкин, В.Г. Спорт высших достижений: теория и методика [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ф.П. Суслов, В.Г. Никитушкин.— М. : Спорт, 2018.— 320 с. — ISBN 978-5-9500178-0-3.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641295>
17. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов [Электронный ресурс]: монография / В.Н. Платонов.— М.: Спорт, 2019.— 656 с.: ил. — Библиогр.: с. 615-655.— ISBN 978-5-9500183-3-6.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/682593>.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания дисциплины на этапе формирования компетенций

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения компетенций
УК-1– способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий ОПК-5– способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья ОПК-8 Способность обобщать и внедрять в практическую работу российский, зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений ПК-6 – способность обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде	ПС «Тренер» G/01.7 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности. G/02.7 Оказание экспертной и методической помощи по вопросам своей компетенции. Н/01.7 Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) Н/02.7 Учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой субъекта Российской Федерации по виду спорта, спортивной дисциплине	<u>Пороговый уровень</u> Знает:имеет представление о теоретических и методических основах тренерской деятельности; знает документы, регулирующие деятельность в области физической культуры и спорта; правила и регламент избранного вида спорта; основные тенденции развития и методологию функционирования профессионального и любительского спорта в стране и в мире. Умеет:применить свои знания и опыт в практической деятельности, анализировать события и внедрять в практику отечественный и зарубежный опыт в избранном виде профессиональной деятельности. Имеет опыт:разработки и внедрения новейших методик в практику тренировочным процессом; выполнение поиска информации, необходимой для решения проблемы осуществления тренировочного и соревновательного процесса; определение на каждом этапе подготовки целей и задач спортивных сборных команд.
		<u>Стандартный уровень</u> Знает:международные документы регулирующие деятельность физической культуры и спорта; теоретические и методические основы тренерской деятельности; этические нормы в области спорта; правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и знаний по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам

профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения.		спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями). Умеет: собирать информацию из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы (в том числе на иностранном языке), статистических сборников, иных отчетных данных и т.п.; выполнять анализ тренировочного и соревновательного процесса и причины его несовершенства; ставить цели и определять задачи тренерской работы, исходя из целей и задач спортивной сборной команды; использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту в своей деятельности. Имеет опыт: разработки новейших методик в практику тренировочным процессом в конкретных видах избранной деятельности; поиск информации, необходимой для решения проблемы осуществления тренировочного и соревновательного процесса; определение на каждом этапе подготовки целей и задач спортивных сборных команд нижестоящий тренеров для достижения спортивных результатов; оценка эффективности подготовки спортсменов с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности. <u>Эталонный уровень</u> Знает: Олимпийскую Хартию международного Олимпийского комитета; теоретические и методические основы тренерской деятельности; этические нормы в области спорта; основы

		законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и знаний по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность, за такое противоправное влияние; Умеет: собирать информацию из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы (в том числе на иностранном языке), статистических сборников, иных отчетных данных и т.п.; выполнять анализ тренировочного и соревновательного процесса и причины его несовершенства; ставить цели и определять задачи тренерской работы, исходя из целей и задач спортивной сборной команды; использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту в своей деятельности. Имеет опыт: руководства внедрением новейших методик в практику тренировочным процессом в конкретных физкультурно-спортивных организациях; выполнение поиска информации, необходимой для решения проблемы осуществления тренировочного и соревновательного процесса; определение на каждом этапе подготовки целей и задач спортивных сборных команд нижестоящий

		тренеров для достижения спортивных результатов; оценка эффективности подготовки спортсменов с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности.

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Форма итогового контроля – зачет.

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний студентов и их практических умений в процессе групповых занятий;
- выполнение самостоятельных и творческих заданий;
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии.

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Первые Олимпийские игры древности состоялись:

1. 776 г. до н.э.
2. 896 г. н.э.
3. 980 г. н.э.

2. Назовите имя первого известного победителя античных Олимпийских игр

1. армянский царь Вараздат;
2. римский император Нерон;
3. повар из Элиды Кореб.
3. Кто имел право участвовать в античных Олимпийских играх?
 1. все желающие;
 2. свободно рожденные греки;
 3. мужчины и женщины Греции и Рима
4. Автор всемирно известной скульптуры «Дискобол»

1. Мирон
2. Фукидид
3. Сикеирос

5. Назовите имя античного олимпионика, победителя шести Олимпийских игр

1. кулачный боец, математик Пифагор;
2. бегун Кореб из Элиды;

3. борец Милон из Кротона
6. Двенадцать побед одержал античный олимпионик ...
 1. атлет Леонидас из Родоса;
 2. бегун Кореб из Элиды;
 3. борец Милон из Кротона
7. Каковы причины упадка античных Олимпийских игр?
 1. завоевательные походы А. Македонского;
 2. возвышение Рима;
 3. экономический и политический упадок Греции
8. Кто, когда и почему запретил Олимпийские игры в Древней Греции?
 1. император Август в 31 г. до н. э. Перенес Олимпийские игры в Рим;
 2. император Феодосий в 394 г. запретил языческое летоисчисление и языческие традиции жертвоприношений богам;
 3. император Юстиниан в 490 г. отменил Олимпийские игры как потерявшие свою популярность и значимость
9. Когда и где был создан Международный Олимпийский комитет?
 1. 1894 г., Париж;
 2. 1896 г., Афины;
 3. 1948 г., Лондон
10. Первый президент МОК...
 1. Пьер де Кубертен;
 2. Деметриус Викелас;
 3. Хуан Антонио Самаранч
11. Укажите правильные соответствия.
 1. 1896 г. 1) II Олимпийские игры, Париж
 2. 1900 г. 2) I Олимпийские игры, Афины
 3. 1904 г. 3) IV Олимпийские игры, Лондон
 4. 1908 г. 4) III Олимпийские игры, Сент-Луис
12. Кто стал первым Олимпийским чемпионом современности?
 1. американский пловец Д. Вейсмюллер, проплывший 100 м вольным стилем за 59,0 с;
 2. индеец из команды США Д. Торп, набравший в десятиборье 8412 очков;
 3. американский студент Д. Коннали, прыгнувший тройным на 13 м 71 см
13. Почему Спиридон Луис стал национальным героем Греции?
 1. он вложил все свои средства на восстановление стадиона в Олимпии;
 2. стал первым олимпийским чемпионом на марафонской дистанции;
 3. написал «Оду спорту»

14. Что такое «антропологические дни»? На играх какой Олимпиады они были введены?

1. это расизм в спорте. На Олимпийских играх в 1904 г. в Сент-Луисе (США) введены определенные дни соревнований для «цветных» спортсменов;

2. это дни соревнований для женщин. Появились на Олимпийских играх 1900 г. в Париже;

3. это дни, когда были запрещены все соревнования по политическим мотивам. Введены на Олимпийских играх в Мюнхене в 1972 г.

15. Когда впервые на олимпийских играх выступили женщины? Кто стала первой олимпийской чемпионкой?

1. 524 г. до н.э., Др. Греция, Ференика;

2. 1900 г., Париж, Ш. Купер;

3. 1924 г., Шамони, С. Хени

16. В программе II Олимпиады (1900 г., Париж) был включен футбол. Футболисты какой страны стали первыми олимпийскими чемпионами?

1. Англии;

2. Франции;

3. Бельгии

17. За какое произведение был удостоен золотой олимпийской медали на конкурсе искусств Пьер де Кубертен?

1. «Ода спорту»;

2. Олимпийский гимн;

3. Олимпийская Хартия

18. Кто и когда сказал: «Главное в Олимпийских играх не победа, а участие»?

1. Пьер де Кубертен, на играх I Олимпиады (1896 г.);

2. П. Дидон, на играх II Олимпиада (1900 г.);

3. епископ Пенсильванский, в соборе Святого Павла, провожая спортсменов на игры IV Олимпиады (1908 г.)

19. Почему не состоялись игры VI, XII, XIII Олимпиад?

1. была развязана «холодная война»;

2. в годы этих Олимпиад разразился мировой экономический кризис;

3. эти годы пришлись на годы I и II мировых войн

20. Когда состоялись первые зимние Олимпийские игры?

1. 1908 г., Лондон;

2. 1924 г., Шамони (Франция);

3. 1956 г., Кортина де Ампеццо (Италия)

21. Какому финскому спортсмену при жизни был поставлен памятник?

1. легкоатлету Пааво Нурми. За свою спортивную карьеру он установил 24 мировых рекорда. Выиграл 9 золотых, 3 серебряных Олимпийские награды;

2. четырехкратному олимпийскому чемпиону Ханнесу Колехмайнену;

3. Марти Ярвинену. Его рекорд в метании копья (1932 г.), продержался 20 лет

22. Кто был признан лучшим атлетом на Олимпийских играх 1936 г. в Берлине?

1. Джонни Вейсмюллер;

2. Пааво Нурми;

3. Джесси Оуэнс

23. На Олимпийских играх 1936 г. при награждении Дж. Оуэнса был нарушен ритуал. Почему?

1. спортсмен не явился на награждение;

2. Гитлер отказался вручать награду негру;

3. произошел курьезный случай – не хватило медалей

24. Кто из Олимпийцев добился наибольшего успеха в марафонском беге?

1. грек С. Луис;

2. эфиоп Абебе Бикила;

3. россиянин В. Куц

25. Когда впервые на Олимпийских играх выступили спортсмены России?

1. 1896 г.;

2. 1900 г.;

3. 1908 г.

26. Кто из спортсменов России стал первым олимпийским чемпионом?

1. борец Г. Гакеншмидт;

2. фигурист Н. Панин-Коломенкин;

3. борец М. Клейн

27. Сколько всего олимпийских наград завоевали спортсмены дореволюционной России?

1. выступления были настолько неудачными, что российские спортсмены не получили олимпийских наград;

2. 1 золотая, 4 серебряные, 2 бронзовые медали;

3. 46 золотых, 31 серебряная, 31 бронзовая медали

28. Как Россия стала готовиться к играм VI Олимпиады 1916 г.?

1. в стране стали проходить отборочные соревнования (Российские Олимпиады);

2. в стране стали открываться высшие физкультурные учебные заведения;

3. в стране стали строиться спортивные сооружения (катки, стадионы);

4. шла консолидация общественных и государственных организаций по развитию спорта в стране

29. Почему Советский Союз не принимал участия в Олимпийских играх после революции?

1. не было талантливых спортсменов;

2. МОК не признавал Советскую Россию;

3. Советский Союз считал Олимпийские игры буржуазными, призывал их бойкотировать и создавать самостоятельное пролетарское спортивное движение

30. «Большевики поставили себя вне мирового сообщества. Пока я президент МОК, советский флаг не появится на олимпийском стадионе» – неоднократно подчеркивал президент МОК

1. А. де Байе–Латур

2. З. Эдстрем

3. Э. Брендедж

31. С игр какой олимпиады спортсмены –профессионалы получили допуск на Олимпийские игры в некоторых видах спорта (футбол, баскетбол, хоккей, теннис, фигурное катание)?

1. XVI, Мельбурн 1956 г.;

2. XXIII, Лос-Анджелес, 1984 г.;

3. XXV, Барселона, 1992 г.

32. Кто из олимпийцев был удостоен звания «Герой Российской Федерации»?

1. Любовь Егорова;

2. Елена Вяльбе;

3. Лидия Скобликова

33. Когда и где состоялся Первый бал олимпийцев Сибири?

1. 1992 г., Красноярск;

2. 1995 г., Омск;

3. 1998 г., Новосибирск

34. Когда была учреждена Сибирская Олимпийская Академия?

1. 1985 г., Новосибирск;

2. 1993 г., Красноярск

3. 1990 г., Омск

35. Кто из сибирских спортсменов первым завоевал звания Олимпийского чемпиона?

1. борец А. Карелин (XXIV Олимпийские игры);

2. биатлонист А. Тихонов (IV Зимние Олимпийские игры);

3. тяжелоатлет Т. Ломакин (XV Олимпийские игры)

36. Кто из сибирских спортсменок первой стала чемпионом олимпийских игр?

1. гимнастка М. Филатова;

2. лыжница Е. Мекшило;
3. лыжница Л. Егорова
37. Когда сборная Российской Федерации впервые выступила самостоятельной командой в Паралимпийских играх?
 1. 1994 г., VI Зимние Паралимпийские игры (Лиллехаммер);
 2. 1996 г., X Летние Паралимпийские игры (Атланта);
 3. 1992 г., IX Летние Паралимпийские игры (Барселона)
38. Кто из сибирских спортсменов стал чемпионом VI Зимних Паралимпийских игр в 1984 г.?
 1. Л. Паниных;
 2. А. Насарулин;
 3. Е. Фирсов
39. Олимпийский комитет России был создан.
 1. в августе 1991;
 2. в декабре 1989;
 3. в мае 1991
40. Председатель МОК с 2000 года
 1. Х.-А. Самаранч
 2. М. Килланин
 3. Жак Рогг

Ключ для теста

вопрос	ответ	вопрос	ответ	вопрос	ответ
1	2	17	1	33	1
2	1	18	2	34	1
3	2	19	1	35	1
4	3	20	2	36	1
5	2	21	3	37	4
6	1	22	2	38	1
7	1	23	2	39	2
8	2	24	1	40	2
9	2	25	2		
10	2	26	2		
11	2	27	3		
12	1	28	2		
13	4	29	2		
14	2	30	1		
15	3	31	2		
16	2	32	2		

7.2.3. Вопросы для подготовки к зачету

1. Становление профессионального спорта за рубежом
2. Особенности и социальные функции профессионального спорта
3. Любительский и коммерческий спорт в олимпийском движении
4. Профессиональные спортивные клубы в условиях рыночной экономики
5. Подготовка спортсменов высокого класса за рубежом
6. Становление и развитие российского профессионального спорта
7. Система управления спортом в Российской Федерации
8. Особенности подготовки квалифицированных спортсменов в подготовительном периоде годичного цикла
9. Особенности организации и подготовки квалифицированных спортсменов в соревновательном периоде
10. Переходный (межсезонный) период в годичном цикле: особенности, специфика организации и его проведения квалифицированными спортсменами
11. Структура годичных циклов подготовки в различных видах спорта
12. Восстановительные мероприятия в подготовке квалифицированных спортсменов
13. Основные причины и профилактика травматизма в избранном виде спорта
14. Научно-методическое сопровождение подготовки сборных команд
15. Тестирование основных функциональных систем состояния организма спортсменов
16. Функции менеджера спортивной организации
17. Предпринимательская деятельность в области физической культуры и спорта
18. Особенности трудовых отношений и заключения трудового договора со спортсменом
19. Противодействие применению допинга в спорте
20. Статус спортивных судей, выполнение категорий, их права и обязанности
21. Правовой статус (профессиональный стандарт) «спортсмен»
22. Правовой статус (профессиональный стандарт «тренер»).

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте [Электронный ресурс]: учебник / С.В. Алексеев.— М.: Советский спорт, 2013.— 520 с. — ISBN 978-5-9718-0632-5.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279262>
2. Григорьева, И.И. Образование и спортивная подготовка: процессы модернизации. Вопросы и ответы. Ч. I. Организация тренировочного процесса [Электронный ресурс] / И.И. Григорьева, Д.Н. Черноног, ред.: Ю.Д. Нагорных.— М. : Спорт, 2016.— 297 с. — ISBN 978-5-906839-19-0.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641230>
3. Иссурин, В.Б. Подготовка спортсменов XXI века. Научные основы и построение тренировки [Электронный ресурс] / пер.: И.В. Шаробайко, В.Б. Иссурин.— М. : Спорт, 2016 .— 465 с. : ил. — Пер. с англ.; Библиогр. в конце глав.— ISBN 978-5-906839-57-2.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641247>
4. Мельникова, Н.Ю. Олимпийское образование [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ» / Н.Ю. Мельникова, В.Е. Петракова, А.В. Трескин, Н.С. Леонтьева, Н.Ю. Мельникова.— М.: РГУФКСМиТ, 2011.— 134 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/202930>
5. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебник / А.В. Трескин, Н.Ю. Мельникова.— М.: Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-0613-4.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279287>
6. Никитушкин, В.Г. Спорт высших достижений: теория и методика [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ф.П. Суслов, В.Г. Никитушкин.— М. : Спорт, 2018.— 320 с. — ISBN 978-5-9500178-0-3.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641295>
7. Олимпийское образование учащейся молодежи [Электронный ресурс]: учебное пособие / Сост.: Поликарпова Г.М. — М.: РГУФКСМиТ, 2014.— 97 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/318562>
8. Суник, А. Российский спорт и олимпийское движение на рубеже XIX - XX веков [Электронный ресурс] / А. Суник .— 2-е изд., испр. и доп. — М.: Советский спорт, 2004 .— 763 с. — ISBN 5-85009-853-4 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/225213>
9. Твой олимпийский учебник : учеб.пособие для олимпийского образования / В.С. Родченко [и др.]; Олимпийский комитет России. - 26-е изд., перераб. и доп. - Москва: Спорт, 2017. - 224 с.: ил.

10. Твой олимпийский учебник : учеб.пособие для олимпийского образования / В.С. Родченко [и др.]; Олимпийский комитет России. - 27-е изд., перераб. и доп. - Москва: Спорт, 2019. - 216 с. : ил.

11. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов [Электронный ресурс]: учебник / В.Д. Фискалов.— М.: Советский спорт, 2010.— 197 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-2462-8.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/225216>

12. Фискалов, В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта [Электронный ресурс]: учеб.пособие / В.П. Черкашин, В.Д. Фискалов.— М.: Спорт, 2016.— 353 с. : ил. — ISBN 978-5-906839-21-3.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641317>

Дополнительная литература

13. Большая олимпийская энциклопедия. В 2 т. Т. 1. А-Н; Т. 2. О-Я [комплект] [Электронный ресурс]: Все об Олимпийских играх: чемпионы, тренеры, члены МОК, журналисты..., Олимпийские виды спорта, страны, города, термины. Технические результаты всех олимпийских соревнований с 1896 по 2006 год / В.Л. Штейнбах.— М.: Олимпия Пресс, 2006.— 1754 с.: ил. — ISBN 5-94299-089-1- (Т. 2).— ISBN 5-94299-088-3 (Т. 1).— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641144>

14. Дивинская, Е. В. Олимпийское образование будущих специалистов физической культуры и спорта на основе личностно ориентированного подхода [Электронный ресурс]: монография / Е. В. Дивинская.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 168 с. — Библиогр.: с. 110-125 (165 назв.).— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/233153>

15. Краткая олимпийская энциклопедия. А - Я [Электронный ресурс] / В. Л. Штейнбах.— М.: Олимпия: Спорт, 2016 .— 529 с. : ил. — [16] с. цв. вкл. — ISBN 978-5-906839-15-2.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641196>

16. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов [Электронный ресурс]: монография / В.Н. Платонов.— М.: Спорт, 2019.— 656 с.: ил. — Библиогр.: с. 615-655.— ISBN 978-5-9500183-3-6.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/682593>

17. Суник, А.Б. Современные олимпийские игры: краткий исторический очерк (1896–2012 гг.) [Электронный ресурс] / А.Б. Суник.— М.: Советский спорт, 2013.— 232 с.: ил. — ISBN 978-5-9718-0590-8.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/280568/>

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

Электронно-библиотечная система «Руко́нт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/>

10. Методические указания для обучающихся, по освоению дисциплины

В связи с ограниченным количеством часов существенная нагрузка выпадает на самостоятельную работу студента. Эта работа выполняется в произвольном временном режиме без непосредственного участия преподавателя. Освоение дисциплины осуществляется посредством интеграции аудиторной и самостоятельной работы.

Приступая к изучению материала по дисциплине «Олимпийский и профессиональный спорт тенденции и особенности функционирования» помните, что, посещая лекционные занятия, Вы приобретете более надежные знания, так как работа с преподавателем дает неоспоримое преимущество – общение. Вы всегда можете задать интересующий вопрос и получить ответ. Сообщение материала сопровождается мультимедийными презентациями и упрощает понимание, кроме того, изложение информации преподавателем связано с использованием ярких примеров из практики.

Для подготовки к практическим занятиям/семинарам, выполнения заданий из серии «для самостоятельной работы» обращайтесь за консультацией к ведущему преподавателю.

Более углубленное изучение темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы.

При выполнении практических заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Система накопления практических заданий позволит вам создать педагогическую копилку, которую можно использовать как при прохождении различных видов практики, предусмотренной учебным планом магистратуры так и в будущей профессиональной деятельности.

Литература по дисциплине в программе, к сожалению, не может быть представлена главным образом учебниками и учебными пособиями. Необходимо широкое использование интернет-источников, периодических отечественных и зарубежных изданий.

При подготовке к практическим занятиям (семинарам) необходимо познакомиться с темой, обратить внимание на рассмотрение данной темы в курсе лекций. Если тема на лекции не рассматривалась, необходимо изучить предлагаемую литературу (это позволит Вам найти ответы на теоретические вопросы). После этого приступайте к выполнению практических заданий.

Особое внимание необходимо уделить виду спорта, непосредственно с которым Вы связываете свою будущую профессиональную деятельность. Предлагаемые задания для

самостоятельной работы, а также примеры из практики желательно использовать, прилагая свой вид спорта.

При подготовке к экзамену по теоретической части выделите в вопросе главное, существенное (понятия, признаки, классификации и пр.), приведите примеры из спортивной практики, иллюстрирующие теоретические положения.

В целях оптимизации образовательного процесса в рамках изучения дисциплины студентам предлагается следующая тактика:

- внимательно изучите программу дисциплины;
- оцените степень полезности освоения данной учебной дисциплины для своего профессионального роста;
- изучите материалы для аудиторной работы по дисциплине (тематическое содержание лекций, планы семинарских занятий, мультимедийное сопровождение занятий);
- изучите материалы для самостоятельной работы и сопоставьте предложенные задания с имеющимися у вас ресурсами (выполненные ранее работы по близкой теме, знакомство с конкретной технологией во время практики, наличие литературы по проблеме, предложенной в качестве предмета исследования, и т. д.);
- заведите электронную папку для Интернет-ресурсов, найденных Вами при подготовке к занятиям, соотнесите темы электронных материалов с вопросами контрольных работ и экзамена (это поможет Вам подготовиться к промежуточной и итоговой аттестации);
- выберите из проблемного поля курса интересующую вас тему для углубленного изучения (она может быть связана с вашей исследовательской деятельностью);
- в конце изучения каждого учебного элемента курса постарайтесь оценить результаты своей деятельности и сформулировать пожелания преподавателю (тьютору) по совершенствованию образовательного процесса.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № 22 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 32; для преподавателя – 4. Перечень технических средств обучения: Компьютер iRU Home 223 MT, проектор Hitachi CP-RX78 (стационарный), доска Mimio Xi Interactive, акустические колонки Genius SP-G16.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License

Лицензионное программное обеспечение дисциплины

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1.	Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 63393854, продукт Microsoft Windows Professional 8.1 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win SI 8.1 Russian Academic	14.04.2014 г.	Системное ПО, операционная система

	OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine		
2.	Microsoft Open License, Типлицензии ACADEMIC, номерлицензии 63393854, продукт Microsoft Office 2013 Russian Academic OPEN 1 License No Level	14.04.2014 г.	Прикладное ПО, пакет офисных приложений
3.	Microsoft Open License, Типлицензии ACADEMIC, номерлицензии60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine	31.05.2012 г.	Системное ПО, операционная система
4.	Microsoft Open License, Типлицензии ACADEMIC, номерлицензии 60443815, продукт Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN 1 License No Level	31.05.2012 г.	Прикладное ПО, пакет офисных приложений
5.	Microsoft Open License, Типлицензии ACADEMIC, номерлицензии44420776, продукт Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No level	20.08.2008 г.	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

6.	<u>Яндекс.Браузер</u>	Лицензионное соглашение на использование программ Браузер «Yandex» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	Интернет-браузеры (отечественное ПО номер в реестре № 3722)

Антивирусное программное обеспечение – Касперский

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1.	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License № лицензии E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600	27.09.2021 Обновляется ежегодно	Антивирусное программное обеспечение

ПРИЛОЖЕНИЕ

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом:

В результате изучения по дисциплине студент должен	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: теория и методика подготовки высококвалифицированных спортсменов в виде спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин); положения Хартии Международной Олимпийской организации; нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта в части регулирования и развития вида спорта, локальные нормативные акты спортивной федерации, профессиональной спортивной лиги, профессионального спортивного клуба по виду спорта в части регулирования подготовки спортивной сборной команды к спортивным соревнованиям.	ПС «Тренер» 05.003. G/02.7 Управление системой выявления перспективных спортсменов и проведения отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин) (далее- спортивной сборной командой)	УК-1 ОПК-5 ОПК-8 ПК-6
Уметь: использовать критерии спортивного отбора для выявления перспективных спортсменов, для формирования выездных составов на международные соревнования в составе спортивных сборных команд; производить анализ результатов выступления спортивной сборной команды, выявлять негативные тенденции; анализировать позиции спортивной сборной команды на мировой спортивной арене; анализировать и систематизировать информацию о зарубежном опыте стратегического управления национальными спортивными сборными командами.	Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	
Иметь опыт: формирование выездных составов на международные соревнования в составе спортивных сборных команд; анализ эффективности выступления	Н/04.7 Координация и контроль работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов спортивной сборной команды	

спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды; составление целевой комплексной программы подготовки спортивной сборной команды; обобщение и распространение собственного опыта деятельности по подготовке спортивной сборной команды в форме методических и учебных материалов, научных статей, лекций/, семинаров, выступлений на отраслевых конференциях.		

7.1. Показатели и критерии оценивания дисциплины на этапе формирования компетенций

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения компетенций
УК-1– способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий ОПК-5– способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья ОПК-8 Способность обобщать и внедрять в практическую работу российский, зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений ПК-6 – способность обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения.	ПС «Тренер»	<u>Пороговый уровень</u> Знает:имеет представление о теории и методике подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; основные документы международных спортивных организаций, подготовку профессиональных спортсменов; основные положения о тенденциях и методологии функционирования профессионального спорта. Умеет:обобщать и анализировать проходящие события в области спорта и олимпийского движения; использовать критерии спортивного отбора для выявления перспективных спортсменов, для формирования выездных составов на международные соревнования в составе спортивных сборных команд; производить анализ результатов выступления спортивной сборной команды, выявлять негативные тенденции; использовать зарубежный опыт в практике избранного вида деятельности. Имеет опыт:разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды; составление целевой комплексной программы

		подготовки спортивной сборной команды. <u>Стандартный уровень</u> Знает:основные положениятеории и методики подготовки высококвалифицированных спортсменов в виде спорта; положения международных документов, регулирующих деятельность в области спорта; нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта в части регулирования и развития вида спорта, локальные нормативные акты спортивной федерации, профессиональной спортивной лиги, профессионального спортивного клуба по виду спорта в части регулирования подготовки спортивной сборной команды к спортивным соревнованиям. Умеет:использовать критерии спортивного отбора для выявления перспективных спортсменов, для формирования выездных составов на международные соревнования в составе спортивных сборных команд; производить анализ результатов выступления спортивной сборной команды, выявлять негативные тенденции; решать проблемы, выявленные в ходе системного анализа. Имеет опыт:формирование выездных составов на международные соревнования в составе спортивных сборных команд; анализ эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных

		соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды; составление целевой комплексной программы подготовки спортивной сборной команды; обобщение и распространение собственного опыта деятельности по подготовке спортивной сборной команды в форме методических и учебных материалов, научных статей, лекций/, семинаров, выступлений на отраслевых конференциях. <u>Эталонный уровень</u> Знает: теорию и методику подготовки высококвалифицированных спортсменов в виде спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин); положения Хартии Международной Олимпийской организации; нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта в части регулирования и развития вида спорта, локальные нормативные акты спортивной федерации, профессиональной спортивной лиги, профессионального спортивного клуба по виду спорта в части регулирования подготовки спортивной сборной команды к спортивным соревнованиям. Умеет: использовать критерии спортивного отбора для выявления перспективных спортсменов, для формирования выездных составов на международные соревнования в составе спортивных сборных команд;

		производить анализ результатов выступления спортивной сборной команды, выявлять негативные тенденции; анализировать позиции спортивной сборной команды на мировой спортивной арене; анализировать и систематизировать информацию о зарубежном опыте стратегического управления национальными спортивными сборными командами. Имеет опыт: формирование выездных составов на международные соревнования в составе спортивных сборных команд; анализ эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды; составление целевой комплексной программы подготовки спортивной сборной команды; обобщение и распространение собственного опыта деятельности по подготовке спортивной сборной команды в форме методических и учебных материалов, научных статей, лекций/, семинаров, выступлений на отраслевых конференциях.

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



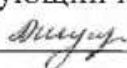
Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1

Семестр – 2

Итоговая форма контроля – экзамен (2 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	7
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	7
5. Содержание дисциплины	8
5.1 Количество часов по видам занятий.....	8
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	9
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	9
5.2.2 Содержание практических занятий.....	12
6. Самостоятельная работа	19
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	25
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	25
7.2 Типовые контрольные задания	28
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	28
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	28
7.2.3 Вопросы к экзамену.....	35
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	38
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	44
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	44
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	47

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психологическое сопровождение спортивной деятельности» реализуется в рамках обязательной части учебного плана Блока 1, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психологическое сопровождение спортивной деятельности» состоит из трех самостоятельных разделов: психологическая служба в спорте, психологическое сопровождение как система в процессе обучения и совершенствования в спорте, управление психологической подготовкой

спортсмена.

Учебный процесс по дисциплине «Психологическое сопровождение спортивной деятельности» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекционных и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.

ОПК-2. Способность осуществлять отбор в спортивную сборную команду и в резерв.

ОПК-8. Способность обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений

ОПК-10. Способен осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-3. Способен разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной, соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий.

ПК-8. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок

ПК-14. Способен разрабатывать и обеспечивать реализацию мероприятий по психолого-педагогическому и методическому сопровождению тренировочного и соревновательного процесса в спортивных организациях.

ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– предмет и основные проблемы психоло-	ПС 05.003 «Тренер»,	УК-1

гического сопровождения в практике спорта;	Е/01.6, А/02.5	
– модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям;	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ОПК-2
– актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6	ОПК-8
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-3
– технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8
– основы спортивной психологии;	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-14
– ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-20
Уметь:		
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6, А/02.5	УК-1
– формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– оценивать спортивную предрасположенность занимающихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов;	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ОПК-2
– самостоятельно анализировать научную литературу;	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ОПК-8
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-3
– контролировать физическое, функцио-	ПС 05.003 «Тренер»,	ПК-8

нальное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий;	С/03.6	
– применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы занимающихся (спортивной команды): беседа, внушение, убеждение, метод заданий и поручений, моделирование соревновательных ситуаций, психотехнические упражнения, идеомоторная тренировка, психорегулирующие средства;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-14
– проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроения занимающегося	ПС 05.003 «Тренер» С/01.6	ПК-20
Иметь опыт:		
– анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/04.7	УК-1
– разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– определения уровня спортивной предрасположенности и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ОПК-2
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6, С/03.6	ОПК-8
– контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– анализа новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью, оценка перспектив использования методик в условиях спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-3
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (групп-	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8

пе спортивных дисциплин), группе видов спорта;		
– формирования у спортсменов спортивной команды состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации;	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-14
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-20

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психологическое сопровождение спортивной деятельности» относится к базовой части блока 1 Б1.О.05.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: «Психология», «Психология физической культуры», «Введение в спортивную психологию», «Психология личности спортсмена». Дисциплина «Психологическое сопровождение спортивной деятельности» является предшествующей для следующих дисциплин: «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции»; «Современные технологии психологического тренинга и Т-игр», «Социальная психология спортивной деятельности», «Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Психологическое сопровождение спортивной деятельности» имеет трудоёмкость, равную 4 зачётным единицам (144 часа).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			2
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		18	18
Лекции		6	6
Практические занятия		12	12
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (экзамен)</i>		9	9
<i>Самостоятельная работа</i>		117	117
Общая трудоемкость	Часы	144	
	ЗЕ	4	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Психологическая служба в спорте.				
1.1. Основные направления деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.	14	2		12
1.2. Профессионально-этические нормы тренера в реализации задач психологической подготовки.	215		2	13
Раздел 2. Психологическое сопровождение как система в процессе обучения и совершенствования в спорте.				
2.1. Психологические основы физической, подготовки спортсмена.	14		2	12
2.2. Психологические основы технической подготовки спортсмена.	14		2	12
2.3. Психологические основы тактической подготовки спортсмена.	14		2	12
Раздел 3. Управление психологической подготовкой спортсмена.				
3.1. Значение и место психологической подготовки спортсмена.	16	2		14
3.2. Общая психологическая подготовка спортсмена.	16		2	14
3.3. Специальная и непосредственная психологическая подготовка спортсмена.	16	2		14
3.4. Психологическая подготовка спортсмена на послесоревновательном этапе.	16		2	14
Экзамен	27			
Всего:	144	6	12	117

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (6 часов)

Раздел 1. Психологическая служба в спорте.

Тема 1.1. Основные направления деятельности тренера
в управлении психологической подготовкой спортсмена (2 часа)

1. Организация психологического сопровождения спортивной деятельности.
2. Роль и функции тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена, профессионально-этические нормы.
3. Психопрофилактика, психодиагностика, консультирование, коррекционно-развивающая деятельность.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
6. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психологической подготовки спортсмена, психологических основ обучения и совершенствования спортсмена, основных направлений деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; осуществлять управление психологической подготовкой спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 2, 8, 10), профессиональных (ПК – 3, 8, 14, 20).

Раздел 3. Управление психологической подготовкой спортсмена.

Тема 3.1. Значение и место психологической подготовки спортсмена (2 часа)

1. Основы планирования психологической подготовки спортсмена.
2. Средства и методы психологической подготовки спортсмена.
3. Особенности психологической подготовки в различных видах спорта.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный//

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психологической подготовки спортсмена, психологических основ обучения и совершенствования спортсмена, основных направлений деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; осуществлять управление психологической подготовкой спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 2, 8, 10), профессиональных (ПК – 3, 8, 14, 20).

Тема 3.3. Специальная и непосредственная психологическая подготовка спортсмена (2 часа)

1. Основные звенья специальной психологической подготовки к спортивным соревнованиям.

2. Формирование оптимального боевого состояния как основная задача психологической подготовки спортсмена.

3. Непосредственная психологическая подготовка спортсмена к исполнению спортивного упражнения.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ.

ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психологической подготовки спортсмена, психологических основ обучения и совершенствования спортсмена, основных направлений деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; осуществлять управление психологической подготовкой спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 2, 8, 10), профессиональных (ПК – 3, 8, 14, 20).

5.2.2. Содержание практических занятий (12 часов)

Раздел 1. Психологическая служба в спорте.

Тема 1.2. Профессионально-этические нормы тренера в реализации задач психологической подготовки (2 часа)

Практическое занятие №1

Ход занятия: Профессионально-этические нормы в реализации задач психологической подготовки и качества личности тренера.

Разбор проблемных этических ситуаций на примере спортивной команды.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный//-

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Этика для Европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского изд. И.Симоненкова. — ООО «Simir», 2019. — 296 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психологической подготовки спортсмена, психологических основ обучения и совершенствования спортсмена, основных направлений деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; осуществлять управление психологической подготовкой спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 2, 8, 10), профессиональных (ПК – 3, 8, 14, 20).

Раздел 2. Психологическое сопровождение как система в процессе обучения и совершенствования в спорте.

Тема 2.1. Психологические основы физической подготовки спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №2

Ход занятия: Психологические основы физической подготовки. Психологическая характеристика физических качеств (двигательных способностей) и особенности их воспитания. Взаимосвязь физических и психических качеств. Двигательные реакции в спорте, их виды.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. — Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под

редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

7. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. — 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психологической подготовки спортсмена, психологических основ обучения и совершенствования спортсмена, основных направлений деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; осуществлять управление психологической подготовкой спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 2, 8, 10), профессиональных (ПК – 3, 8, 14, 20).

Тема 2.2. Психологические основы технической подготовки спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №3

Ход занятия: Система управления и построения движениями по Н.А. Бернштейну. Психологическая структура двигательного действия. Двигательный навык, его психологические особенности, основные этапы и закономерности формирования. Роль психических процессов в формировании двигательного навыка. Специализированные восприятия в спорте. Роль идеомоторных актов в регуляции двигательных действий. Методика проведения идеомоторной тренировки.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. — Текст: электронный//-

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

7. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психологической подготовки спортсмена, психологических основ обучения и совершенствования спортсмена, основных направлений деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; осуществлять управление психологической подготовкой спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 2, 8, 10), профессиональных (ПК – 3, 8, 14, 20).

Тема 2.3. Психологические основы тактической подготовки спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №4

Ход занятия: Психологические основы тактической подготовки. Особенности проявления интуиции в спорте. Особенности тактического мышления в избранном виде спорта. Рефлексия в спортивной деятельности. Развитие тактического мышления спортсмена. Взаимосвязь физической, технической, тактической и психологической подготовки спортсмена. Традиционная и инновационная стратегии организации обучения и воспитания в спорте

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет

физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

7. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психологической подготовки спортсмена, психологических основ обучения и совершенствования спортсмена, основных направлений деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; осуществлять управление психологической подготовкой спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 2, 8, 10), профессиональных (ПК – 3, 8, 14, 20).

Раздел 3. Управление психологической подготовкой спортсмена.

Тема 3.2. Общая психологическая подготовка спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №5

Ход занятия: Общая психологическая подготовка спортсмена: цель, задачи. Содержание психологической подготовки спортсмена к продолжительному учебно-тренировочному процессу и соревновательной деятельности.

Целеполагание в спорте. Мотивация спортивной деятельности. Психологические ресурсы спортсмена.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

5. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

7. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психологической подготовки спортсмена, психологических основ обучения и совершенствования спортсмена, основных направлений деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; осуществлять управление психологической подготовкой спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 2, 8, 10), профессиональных (ПК – 3, 8, 14, 20).

Тема 3.4. Психологическая подготовка спортсмена на послесоревновательном этапе (2 часа)

Практическое занятие №6

Ход занятия: Психология переживания в спорте. Психологический анализ результатов соревнований. Психология спортивного травматизма. Психологическая реабилитация после травм и неудач в соревновании. Коррекционная и развивающая работа. Психологическая профилактика, психогигиена, психологическое просвещение.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
6. Тихвинская, Е. О. Психология переживания в спорте: учеб. пособие / Е. О. Тихвинская. – СПб., 2007. – 48 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психологической подготовки спортсмена, психологических основ обучения и совершенствования спортсмена, основных направлений деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; осуществлять управление психологической подготовкой спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 2, 8, 10), профессиональных (ПК – 3, 8, 14, 20).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающиеся самостоятельно готовятся по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Основные направления деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена	12	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Профессионально-этические нормы тренера в реализации задач психологической подготовки	13	Презентация
3.	Психологические основы физической, подготовки спортсмена	12	Письменная работа
4.	Психологические основы технической подготовки спортсмена.	12	Письменная работа
5.	Психологические основы тактической подготовки спортсмена.	12	Письменная работа
6.	Значение и место психологической подготовки спортсмена.	14	Письменная работа
7.	Общая психологическая подготовка спортсмена	14	Психотехнические упражнения
8.	Специальная и непосредственная психологическая подготовка спортсмена	14	Психотехнические упражнения
9.	Психологическая подготовка на послесоревновательном этапе.	14	Эссе
Итого		117	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия / сост. и общ. ред. И. П. Волкова, Н. С. Цикуновой. – М.: Советский спорт, 2005. – 286 с.

7. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 384 с.

8. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

9. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

10. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

11. Алексеев, А. В. Психология / А. В. Алексеев. – Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 192 с.

12. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.

13. Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс] / С.К. Багадирова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 198 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>

14. Белкин, А. А. Идеомоторная подготовка в спорте / А. А. Белкин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 128 с.

15. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активность / Н. А. Бернштейн ; под ред. О. Г. Газенко. – М. : Наука, 1990. – 494 с.

16. Буянов, В. Э. Размышления о стрельбе: со смехом и всерьез / В. Э. Буянов, Д. Ю. Минкин, В. К. Сафонов. – СПб.: Владос Северо-Запад, 2011. – 224 с.

17. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
18. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.
19. Воскресенская, Е. В. Формирование эмоционально-волевой сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий. – Минск: БГУФК, 2016. – 95 [4] с.: ил.
20. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта: учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).
21. Горская, Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учеб. пособие / Г. Б. Горская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 220 с.
22. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учеб. пособие / Л.П. Грибкова. – Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010. – 152 с.
23. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
24. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р. М. Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010. – 232 с.
25. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2000. – 512 с.
26. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.
27. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2007. – 783 с.
28. Киселев, Ю. Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения / Ю. Я. Киселев. – М.: Советский спорт, 2009. – 276 с.
29. Китаева, М. В. Психология победы в спорте: учеб. пособие / М. В. Китаева. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 208 с.
30. Коломейцев, Ю. А. Социальная психология спорта: учеб.-метод. пособие / Ю. А. Коломейцев. – Минск: БГПУ, 2005. – 292 с.
31. Кузьменко, А. Г. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г. А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.
32. Кулакова, Э. А. Приемы психорегуляции в спорте: метод. разработ. для студентов и слушателей Высш. школы тренеров / Э. А. Кулакова. – М.: ГЦОЛИФК, 1991. – 23 с.
33. Малкин, В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.

34. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.
35. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
36. Медведев, В. В. Психологические основы обучения двигательным действиям в спорте : лекция для студентов ГЦОЛИФКа. – М. : ГЦОЛИФК, 1985. – 25 с.
37. Медведев, В. В. Основы и методы регуляции и саморегуляции психических состояний спортсмена: лекция / В. В. Медведев. – М.: ГЦОЛИФК, 1989. – 21 с.
38. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.
39. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта в вопросах и ответах; пособие для студентов, учащихся училищ олимпийского резерва / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет; науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск: БГУФК, 2008. – 100 с.
40. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
41. Мельник, Е. В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова, А. Ю. Гириная. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2017. – 56 с.
42. Мельник, Е. В. Формирование потребностно-мотивационной сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Е. В. Воскресенская. – Минск: БГУФК, 2016. – 57 [4] с.: ил.
43. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера: учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск: БГУФК, 2014. – 238 с.
44. Мониная, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мониная, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.
45. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте: учеб. для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общ. ред. А. В. Родионова. – М.: Юрайт, 2020. – 251 с.
46. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.
47. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
48. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
49. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.

50. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности: монография / Л.Г. Уляева [и др.] ; под общ. ред. Л. Г. Уляевой. – М. : Мархотин П.Ю., 2014. – 236 с.
51. Пуни, А. Ц. Очерки психологии спорта / А. Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1959. – 307 с.
52. Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала : Юпитер, 2002. – 160 с.
53. Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта : учеб. для вузов / А. В. Родионов. – М. : Академический проект : Фонд «Мир», 2004. – 576 с.
54. Савенков, Г. И. Психологическая подготовка спортсмена в современной системе спортивной тренировки / Г. И. Савенков. – М. : Физическая культура, 2006. – 96 с.
55. Сагайдак, С. С. Мотивация достижений в спорте / С. С. Сагайдак. – Минск : БЕЛПОЛИГРАФ, 2002. – 245 с.
56. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
57. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
58. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
59. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>
60. Сопов, В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: метод. пособие / В. Ф. Сопов. – М., 2010. – 115 с.
61. Стамбулова, Н. Б. Психология спортивной карьеры : учеб. пособие / Н. Б. Стамбулова. – СПб. : Центр карьеры, 1999. – 368 с.
62. Сурков, Е. Н. Психомоторика спортсмена / Е. Н. Сурков. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 126 с.
63. Тиунова, О. В. Мотивация достижений в спортивной деятельности: метод. рекомендации / О. В. Тиунова. – М.: ТрансЛит, 2007 – 32 с.
64. Тихвинская, Е. О. Психология переживания в спорте: учеб. пособие / Е. О. Тихвинская. – СПб., 2007. – 48 с.
65. Уэйнберг, Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев : Олимп. лит., 1998. – 335 с.

66. Цзен, Н. В. Психотренинг: игры и упражнения / Н. В. Цзен, Ю. В. Пахомов. – 2-е изд. – М.: Класс, 2006. – 272 с.

67. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М.: Советский спорт, 2006. – 163 с.

68. Яковлев, Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учеб. пособие / Б. П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2014. – 312 с.

Темы рефератов:

1. Научные проблемы психологического сопровождения спортивной деятельности.
2. Особенности мотивации достижения успеха и избегания неудачи.
3. Целеполагание в спорте высших достижений.
4. Психологический отбор в спорте.
5. Психология спортивного травматизма.
6. Роль родителей в подготовке юных спортсменов.
7. Популярные и непопулярные виды спорта.
8. Характеристика специализированных восприятий спортсмена.
9. Особенности проявления интуиции в спорте.
10. Особенности тактического мышления в избранном виде спорта.
11. Рефлексия в спортивной деятельности.
12. Взаимосвязь физических и психических качеств.
13. Психологические факторы развития физических качеств.
14. Развитие тактического мышления спортсмена.
15. Характеристика соревновательных стресс-факторов.
16. Предстартовые состояния спортсменов.
17. Профилактика психического перенапряжения спортсменов в учебно-тренировочном процессе.
18. Индивидуально-психологические особенности спортсменов и их реакции на стресс.
19. Психология переживания в спорте. Основные задачи психологической подготовки в спорте.
20. Особенности психологической подготовки в детско-юношеском спорте.
21. Анализ результативности соревновательной деятельности.
22. Формирование оптимального боевого состояния как основная задача психологической подготовки спортсмена.
23. Психологическая помощь в преодолении препятствий в спорте.
24. Аудиовизуальные методы психорегуляции.
25. Приемы психорегуляции, способствующие нормализации сна.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/04.7 Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки	Знает: предмет и основные проблемы психологического сопровождения в практике спорта; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке; Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы.
УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям; Уметь: формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; Иметь опыт разбора с занимающимися результатов выступления на соревнованиях.
ОПК-2. Способность осуществлять отбор в спортивную сборную команду и в резерв.	ПС 05.003 «Тренер» С/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	Знать: причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям; Уметь: оценивать спортивную predisposedность занимающихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов; Иметь опыт определения уровня спортивной predisposedности и мотивации.

		вации занимающегося к занятиям по виду спорта.
ОПК-8. Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений.	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знает: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); Умеет: самостоятельно анализировать научную литературу; Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта.
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.003 «Тренер» Е/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды.
ПК-3. Способен разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной, соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий.	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	Знать: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); Уметь: соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации; Иметь опыт анализа новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью, оценка перспектив использования методик в условиях спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-8. Способен использовать в профессиональной	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение пере-	Знать: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных

деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок	дового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	дисциплин); Уметь: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; Иметь опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-14. Способен разрабатывать и обеспечивать реализацию мероприятий по психолого-педагогическому и методическому сопровождению тренировочного и соревновательного процесса в спортивных организациях.	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6 Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: основы спортивной психологии; Уметь: применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы занимающихся (спортивной команды): беседа, внушение, убеждение, метод заданий и поручений, моделирование соревновательных ситуаций, психотехнические упражнения, идеомоторная тренировка, психорегулирующие средства; Иметь опыт формирования у спортсменов спортивной команды состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации;
ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.	ПС 05.003 «Тренер» Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды С/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	Знает: ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды; Умеет: проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроения занимающегося; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – экзамен (2 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

Представлено 3 варианта (по возрастанию уровня сложности заданий).

Вариант №1

1. Определите, исходя из описания, о каком психическом явлении идет речь: «Одна из важнейших особенностей спортивной деятельности, составная ее часть, связующее звено между основными факторами и закономерностями психического развития, обеспечивающее совершенное владение техникой конкретного вида спорта, функциональная взаимосвязь различных психических процессов с движениями и деятельностью человека. К ней относят специализированные восприятия («чувство воды», «чувство мяча»...), все произвольно управляемые действия (в том числе – двигательные навыки), быстроту и точность реагирования на раздражители»

- А. Психомоторика.
- Б. Надежность.
- В. Предстартовая лихорадка.
- Г. Регуляция.
- Д. Воображение.
- Е. Надежность.

2. Определите, какие из предложенных ниже мотивов доминируют на начальном этапе занятий спортом:

- А. Социальные установки (мода на спорт, семейные спортивные традиции...).
- Б. Мотивы, связанные с условиями среды (близость секции...).
- В. Достижения успеха и избегания неудач.
- Г. Материального и морального стимулирования.
- Д. Эмоциональная привлекательность физических упражнений.

3. Из приведенного списка психических явлений выберите те, которые не относятся к психическим состояниям:

- А. Апатия.
- Б. Монотония.
- В. Стартовая лихорадка.
- Г. Тремор.
- Д. Самоуспокоенность.
- Е. Стресс.

4. Укажите, какие из перечисленных задач не относятся к общей психологической подготовке:

- А. Формирование мотивации спортивной деятельности.
- Б. Актуализация методов регуляции и саморегуляции (за 1-2 месяца до...).
- В. Формирование специальных свойств личности, эмоционально-волевой сферы.
- Г. Обучение приемам моделирования соревновательных действий в процессе тренировки.
- Д. Развитие психических и психомоторных процессов.

5. Из предложенного перечня психических явлений выберите признаки психической готовности:

- А. Высокая помехоустойчивость.
- Б. Стремление бороться до конца за достижение поставленной цели.
- В. Непосредственное и опосредованное противоборство.
- Г. Оптимальный уровень эмоционального возбуждения.
- Д. Потребность в движении.
- Е. Экстраверсия.
- Ж. Твердая уверенность в своих силах.
- З. Способность к саморегуляции.

6. Из приведенного списка выберите благоприятное предсоревновательное состояние:

- А. Апатия.
- Б. Боевая готовность.
- В. Психическое пресыщение.
- Г. Фрустрация.
- Д. Лихорадка.
- Е. Эмпатия.

7. Исходя из характеристики методов психорегуляции, определите в каком случае речь идет о психомышечной тренировке:

- А. Сущность метода составляет мысленная тренировка с помощью представления движения. Его специфика состоит в том, что при представлении

движения в организме спортсмена происходят незаметные глазу микросокращения мышц, вызываемые образами движений и действий.

Б. Метод основан на самовнушении в состоянии релаксации или гипнотического транса в его основе лежит механизм самовнушения. Основателем является И.Шульц. Рекомендуются спортсменам в целях восстановления после больших физических и психических нагрузок, для нормализации сна или саморегуляции предстартовых состояний. Полный комплекс содержит три основных этапа.

В. Это метод психического самовнушения, разработанный А.В.Алексеевым, который направлен на совершенствование двигательных представлений за счет сосредоточения внимания и обеспечения сознательного контроля движений. Основное содержание метода составляют словесные формулы, которые направлены на создание состояния пониженной активности различных систем организма. На фоне такого состояния многократно выполняются упражнения на расслабление отдельных групп мышц, а также активизирующие и мобилизующие упражнения (мобилизующая и успокаивающая части).

8. Укажите, какие из перечисленных приемов саморегуляции следует использовать спортсмену при состоянии предстартовой лихорадки.

- А. Приемы массажа (похлопывание, встряхивание).
- Б. Интенсивная специальная разминка.
- В. Дыхательные упражнения с глубоким вдохом и медленным выдохом.
- Г. Резкие, быстрые движения в неровном ритме.

9. Дополните недостающие колонки таблицы «Структура волевых качеств у представителей различных видов спорта»

Виды спорта	Центральные звенья	Ближайшие	Отдаленные
На выносливость (стайеры...)		выдержка и самообладание	

10. Дайте определение психологической подготовке и назовите основные виды психологической подготовки в спорте.

Вариант №2

1. Определите, исходя из описания, о каком психическом явлении идет речь: «Способность действовать с определенным пространственно-временным опережением (предвидеть ожидаемые действия противника). От нее зависит успешность и эффективность технико-тактических действий. Она позволяет спортсмену мысленно представить ожидаемую ситуацию или ее фрагменты и тем самым устранить неопределенность в своих действиях, увеличить уверенность в достижении цели».

- А. Уверенность.
- Б. Активность.
- В. Антиципация.
- Г. Самочувствие.
- Д. Апатия.
- Е. Надежность.

2. Определите, какие из предложенных ниже мотивов доминируют на стадии высшего спортивного мастерства:

- А. Бытовые (вступление в брак, рождение ребенка...).
- Б. Достижения успеха и избегания неудач.
- В. Интерес к виду спорта.
- Г. Материального и морального стимулирования.
- Д. Соперничества и соревновательной борьбы.

3. Из приведенного списка психических явлений выберите те, которые не относятся психическим состояниям:

- А. Внимание.
- Б. Боевая готовность.
- В. Монотоноустойчивость.
- Г. Фрустрация.
- Д. Экстрапунитивность.
- Е. Личностная тревожность.

4. Укажите, какие из перечисленных задач относятся к специальной психологической подготовке:

- А. Формирования направленности личности.
- Б. Формирование состояния психической готовности к соревнованиям.
- В. Обучение приемам моделирования соревновательных действий в тренировке.
- Г. Формирование мотивации спортивной деятельности.
- Д. Снижение уровня эмоционального возбуждения.

5. Из предложенного перечня выберите признаки психической готовности:

- А. Высокая помехоустойчивость.
- Б. Стремление бороться до конца за достижение поставленной цели.
- В. Непосредственное и опосредованное противоборство.
- Г. Оптимальный уровень эмоционального возбуждения.
- Д. Потребность в движении.
- Е. Экстраверсия.
- Ж. Твердая уверенность в своих силах.
- З. Способность к саморегуляции.

6. Укажите, какие психологические признаки соответствуют предстартовому состоянию лихорадки:

- А. Чувство уверенности в себе.
- Б. Беспричинная суетливость.
- В. Неспособность контролировать мысли.
- Г. Излишняя самоуверенность.
- Д. Чрезмерная спокойность.
- Е. Высокий уровень эмоционального возбуждения.
- Ж. Желание соревноваться.

7. Исходя из характеристики методов психорегуляции, определите в каком случае речь идет об идеомоторной тренировке:

А. Сущность метода составляет мысленная тренировка с помощью представления движения. Его специфика состоит в том, что при представлении движения в организме спортсмена происходят незаметные глазу микросокращения мышц, вызываемые образами движений и действий,

Б. Метод основан на самовнушении в состоянии релаксации или гипнотического транса в его основе лежит механизм самовнушения. Основателем является И.Шульц.

В. Это метод психического самовнушения, разработанный А.В.Алексеевым, который направлен на совершенствование двигательных представлений за счет сосредоточения внимания и обеспечения сознательного контроля движений.

Г. Основное содержание метода составляют словесные формулы, направленные на создание состояния пониженной активности различных систем организма.

Д. Этот метод целесообразно использовать при обучении новым сложным двигательным действиям, при исправлении ошибок, для освоения и совершенствования технико-тактических комбинаций.

8. Укажите, какие из перечисленных приемов саморегуляции следует использовать спортсмену при состоянии предстартовой апатии.

А. Сосредоточения взгляда на сине-зеленых тонах.

Б. Успокаивающий самомассаж.

В. Интенсивная специальная разминка.

Г. Дыхательные упражнения с глубоким вдохом и медленным выдохом.

Д. Не резкие, плавные движения в ровном ритме.

Е. Приемы массажа (похлопывание, встряхивание).

Ж. Интенсивная специальная разминка.

9. Дополните недостающие колонки таблицы «Структура волевых качеств у представителей различных видов спорта»

Виды спорта	Центральные звенья	Ближайшие	Отдаленные
С повышенным риском (прыжки с трамплина...)	смелость и решительность		настойчивость и упорство; инициативность и самостоятельность
Игровые (футбол...)		настойчивость и упорство	

10. Дайте характеристику общей психологической подготовке.

Вариант №3

1. По определению установите, о каком психологическом явлении идет речь? «Это комплексное внутреннее свойство, которое позволяет спортсмену стабильно и эффективно выступать на ответственных соревнованиях в течение определенного времени»_____

2. Определите, на какой стадии спортивного мастерства доминируют предложенные мотивы (на начальном этапе, углубленной тренировки, этапе высшего спортивного мастерства, завершения спортивной деятельности)

- А. Бытовые (вступление в брак, рождение ребенка...).
- Б. Достижения успеха и избегания неудач;
- В. Интерес к виду спорта;
- Г. Материального и морального стимулирования.
- Д. Морально-волевые (психологическая усталость, потеря перспективы улучшения результата, возраст, состояние здоровья, травмы...);
- Е. Мотивы, связанные с условиями среды (близость секции...);
- Ж. Общественные мотивы (долга, коллективизма, патриотизма...);
- З. Соперничества и соревновательной борьбы;
- И. Социальные установки (мода на спорт, семейные спортивные традиции...).
- К. Стремление к самосовершенствованию, спортивному достижению;
- Л. Эгоистические (желание уйти непобежденным, конкуренция...);
- М. Эмоциональная привлекательность физических упражнений;

3. Из приведенного списка психических явлений выберите те, которые не относятся к психическим состояниям:

- А. Стресс,
- Б. Тревожность ситуативная,
- В. Общение,
- Г. Перенапряжение,
- Д. Тревожность личностная

4. Укажите, какие из перечисленных задач относятся к общей психологической подготовке спортсменов, а какие к специальной:

- А. Формирования направленности личности,
- Б. Формирование состояния психической готовности к соревнованиям,
- В. Обучение приемам моделирования соревновательных действий в процессе тренировки,
- Г. Формирование мотивации спортивной деятельности,
- Д. Снижение уровня эмоционального возбуждения
- Е. Актуализация методов регуляции и саморегуляции (за 1-2 месяца до...),
- Ж. Формирование специальных свойств личности, эмоционально-волевой сферы,
- З. Обучение приемам моделирования соревновательных действий в процессе тренировки,
- И. Развитие психических и психомоторных процессов
- К. Овладение идеомоторной тренировкой;
- Л. Воспитание высокой личной ответственности перед коллективом

5. Из предложенного перечня выберите признаки психической готовности:

- А. Высокая помехоустойчивость,
- Б. Стремление бороться до конца за достижение поставленной цели,
- В. Непосредственное и опосредованное противоборство,
- Г. Оптимальный уровень эмоционального возбуждения,
- Д. Потребность в движении,
- Е. Экстраверсия,
- Ж. Твердая уверенность в своих силах,

3. Способность к саморегуляции,

6. Определите недостающий признак психической готовности:

А. «Я знал немало способных атлетов, которые не смогли преодолеть этот «барьер». На всесоюзных чемпионатах они творят чудеса, легко обыгрывают самых ярких, самых виртуозных конкурентов, а выходят на международный ковер – теряются, действуют робко...».

Б. «Соперник навалился всем телом, и лопатки медленно прижимались к коврику. Около минуты он меня дожимал, потом чуть перехватил руки, в это мгновение я мог перекатиться на живот, но не успел, т.к. уже понял, что пожалуй проиграл. И действительно проиграл...».

В. «Чрезмерное волнение, беспричинная суетливость, нервозность помешали ему максимально мобилизоваться и реализовать все свои возможности в условиях соревнований...».

Г. «Я его не боялся, но невольно начал осторожничать. Мои надежды не оправдались. Во мне что-то надломилось. Я был уверен, что подготовился к соревнованиям хорошо. Видимо, мне все-таки не хватало еще технических средств, чтобы осуществить атаку по задуманному плану...».

Д. «Признаться, я сильно растерялся. Сила во мне кипела, а реализовать не смог. Сказались, вероятно, пропуски в тренировках зимой...».

7. Исходя из характеристики методов психорегуляции, определите о каком из них идет речь:

А. Сущность метода составляет мысленная тренировка с помощью представления движения. Его специфика состоит в том, что при представлении движения в организме спортсмена происходят незаметные глазу микросокращения мышц, вызываемые образами движений и действий,

Б. Метод основан на самовнушении в состоянии релаксации или гипнотического транса в его основе лежит механизм самовнушения. Основателем является И.Шульц.

В. Это метод психического самовнушения, разработанный А.В.Алексеевым, который направлен на совершенствование двигательных представлений за счет сосредоточения внимания и обеспечения сознательного контроля движений.

Г. Основное содержание метода составляют словесные формулы, которые направлены на создание состояния пониженной активности различных систем организма.

Д. Этот метод целесообразно использовать при обучении новым сложным двигательным действиям, при исправлении ошибок, для освоения и совершенствования технико-тактических комбинаций.

8. Предложите приемы саморегуляции спортсменам при состоянии предстартовой апатии и лихорадки.

9. Определите, какой из приведённых признаков соответствует тому или иному волевому качеству (смелость, настойчивость, решительность, инициативность, самообладание, целеустремлённость, дисциплинированность):

А. Способность преодолевать систематически возникающие трудности.

Б. Способность подчинять свои действия установленным правилам и нормам поведения.

В. Способность сознательно идти на преодоление трудностей, связанных с опасностью.

Г. Способность управлять своими действиями при сильных эмоциональных переживаниях.

Д. Способность быстро принимать правильные решения.

Е. Способность объективно оценить спортивную ситуацию, беря на себя ответственность за предпринимаемые действия.

Ж. Способность сознательно ставить общие и частные цели деятельности

10. Ответьте на вопросы

А. Назовите средства и методы, которые применяются в процессе специальной психологической подготовки спортсмена?

Б. Какие факторы необходимо учитывать в процессе индивидуализации психологической подготовки спортсмена?

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Психологическая служба в спорте.
2. Основные направления деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена: психодиагностика, консультирование, коррекционно-развивающая деятельность, психопрофилактика.
3. Роль и функции тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.
4. Задачи и оборудование кабинета (рабочего места) для проведения мероприятий психологической подготовки в спорте.
5. Специфика деятельности тренера и психолога в сфере спорта.
6. Организация психологического сопровождения спортивной деятельности.
7. Основная документация тренера по реализации задач психологической подготовки.
8. Профессионально-этические нормы тренера в реализации задач психологической подготовки и качества личности.
9. Психологическое сопровождение как система в процессе обучения и совершенствования в спорте.
10. Психологические основы физической, технической и тактической подготовки.
11. Психологические основы физической подготовки спортсмена, взаимосвязь физических и психических качеств.
12. Психологическая характеристика физических качеств (двигательных способностей) и особенности их воспитания.
13. Двигательные реакции в спорте, их виды.
14. Психологические основы технической подготовки спортсмена.
15. Система управления и построения движениями по Н.А. Бернштейну.
16. Психологическая структура двигательного действия.

17. Двигательный навык, его психологические особенности, основные этапы и закономерности формирования.
18. Роль психических процессов в формировании двигательного навыка.
19. Специализированные восприятия в спорте.
20. Роль идеомоторных актов в регуляции двигательных действий.
21. Методика проведения идеомоторной тренировки в спорте.
22. Психологические основы тактической подготовки.
23. Особенности проявления интуиции в спорте.
24. Особенности тактического мышления в избранном виде спорта.
25. Рефлексия в спортивной деятельности.
26. Развитие тактического мышления спортсмена.
27. Взаимосвязь физической, технической, тактической и психологической подготовки спортсмена.
28. Традиционная и инновационная стратегии организации обучения и воспитания в спорте.
29. Управление психологической подготовкой спортсмена.
30. Значение и место психологической подготовки спортсмена.
31. Основы планирования психологической подготовки спортсмена.
32. Средства и методы психологической подготовки спортсмена.
33. Особенности психологической подготовки в различных видах спорта.
34. Специфика психологической подготовки в детско-юношеском спорте.
35. Специфика психологической подготовки мужчин и женщин (гендерный аспект).
36. Общая психологическая подготовка спортсмена: цель, задачи.
37. Содержание психологической подготовки спортсмена к продолжительному учебно-тренировочному процессу и соревновательной деятельности.
38. Целеполагание в спорте.
39. Психологические ресурсы спортсмена.
40. Специальная психологическая подготовка спортсмена.
41. Основные звенья специальной психологической подготовки к спортивным соревнованиям.
42. Формирование оптимального боевого состояния как основная задача психологической подготовки спортсмена.
43. Непосредственная психологическая подготовка спортсмена к исполнению спортивного упражнения.
44. Анализ календаря соревнований как основа планирования специальной психологической подготовки.
45. Моделирование предстоящих спортивных соревнований в условиях тренировочного процесса.
46. Психологическое секундирование.
47. Психологическая помощь в преодолении препятствий в спорте.
48. Методы актуализации и деактуализации мотивации участия в соревнованиях.

- 49. Мотивы достижения и избегания неудачи в различных видах спорта.
- 50. Планирование соревновательного результата и его учет в специальной психологической подготовке.
- 51. Создание ритуала предсоревновательного и соревновательного поведения.
- 52. Психологическая подготовка на послесоревновательном этапе.
- 53. Психология переживания в спорте.
- 54. Психологический анализ результатов соревнований.
- 55. Психология спортивного травматизма.
- 56. Психологическая реабилитация после травм и неудач в соревновании.
- 57. Коррекционная и развивающая работа в спорте.
- 58. Психологическая профилактика в спорте.
- 59. Психогигиена в спорте
- 60. Психологическое просвещение в спорте.

Критерии оценки знаний на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
6. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия / сост. и общ. ред. И. П. Волкова, Н. С. Цикуновой. – М.: Советский спорт, 2005. – 286 с.
7. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 384 с.
8. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
9. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>
10. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

11. Алексеев, А. В. Себя преодолеть! / А. В. Алексеев. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 191 с.
12. Алексеев, А. В. Психогогика / А. В. Алексеев. – Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 192 с.
13. Алиев, Х. М. Защита от стресса: как сохранить и реализовать себя в современных условиях / Х. М. Алиев. – М., 1996. – 239 с.
14. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>
15. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.
16. Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс]/ С.К. Багадирова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 198 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>
17. Белкин, А. А. Идеомоторная подготовка в спорте / А. А. Белкин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 128 с.
18. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активность / Н. А. Бернштейн ; под ред. О. Г. Газенко. – М. : Наука, 1990. – 494 с.
19. Блудов, А. М. Личность в спорте: Очерки исследования психологии спортсмена / А. М. Блудов, В. А. Плахтиенко. – М. : Советская Россия, 1987. – 154 с.
20. Буянов, В. Э. Размышления о стрельбе: со смехом и всерьез / В. Э. Буянов, Д. Ю. Минкин, В. К. Сафонов. – СПб.: Владос Северо-Запад, 2011. – 224 с.
21. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
22. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.
23. Воскресенская, Е. В. Формирование эмоционально-волевой сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий. – Минск: БГУФК, 2016. – 95 [4] с.: ил.
24. Вяткин, Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б. А. Вяткин. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 67 с.
25. Гогун, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Е. Н. Гогун, Б. И. Мартыанов. – М.: Академия, 2003. – 288 с.

26. Голубев, Р. А. Еще раз о спортивном аутотренинге / Р. А. Голубев. – Минск: Полымя, 1991. – 144 с.
27. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта: учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).
28. Горская, Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учеб. пособие / Г. Б. Горская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 220 с.
29. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учеб. пособие / Л.П. Грибкова. – Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010. – 152 с.
30. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
31. Гринберг, Дж. С. Управление стрессом / Дж. С. Гринберг. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
32. Данилина, Л. Н. Проблема психической надёжности в спорте: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / Л. Н. Данилина, В. А. Плахтиенко. – М.: ГЦОЛИФК, 1980. – 56 с.
33. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р. М. Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010. – 232 с.
34. Ильин Е. П. Психология риска / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2012. – 288 с. — URL: https://vk.com/wall-144549152_2856
35. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2000. – 512 с.
36. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.
37. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2007. – 783 с.
38. Киселев, Ю. Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения / Ю. Я. Киселев. – М.: Советский спорт, 2009. – 276 с.
39. Китаева, М. В. Психология победы в спорте: учеб. пособие / М. В. Китаева. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 208 с.
40. Коломейцев, Ю. А. Социальная психология спорта: учеб.-метод. пособие / Ю. А. Коломейцев. – Минск: БГПУ, 2005. – 292 с.
41. Кочеткова, С.В Экстремальность спорта как средство психического самосовершенствования. [Текст] – Электронный ресурс: URL: <https://clck.ru/VexuZ>
42. Кретти, Б. Д. Психология в современном спорте / Б. Д. Кретти; пер: Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 222 с.
43. Кузьменко, А. Г. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г. А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.

44. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 530 с.
45. Кулакова, Э. А. Приемы психорегуляции в спорте: метод. разраб. для студентов и слушателей Высш. школы тренеров / Э. А. Кулакова. – М.: ГЦОЛИФК, 1991. – 23 с.
46. Малкин, В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.
47. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.
48. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
49. Медведев, В. В. Психологические основы обучения двигательным действиям в спорте : лекция для студентов ГЦОЛИФКа. – М. : ГЦОЛИФК, 1985. – 25 с.
50. Медведев, В. В. Психологические особенности личности спортсмена : лекция для студентов и слушателей ФПК и Высш. шк. тренеров / В. В. Медведев. – М., 1993. – 49 с.
51. Медведев, В. В. Основы и методы регуляции и саморегуляции психических состояний спортсмена: лекция / В. В. Медведев. – М.: ГЦОЛИФК, 1989. – 21 с.
52. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.
53. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта в вопросах и ответах; пособие для студентов, учащихся училищ олимпийского резерва / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет; науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск: БГУФК, 2008. – 100 с.
54. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
55. Мельник, Е. В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова, А. Ю. Гириная. – Витебск: ВГУ им П. М. Машерова, 2017. – 56 с.
56. Мельник, Е. В. Формирование потребностно-мотивационной сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Е. В. Воскресенская. – Минск: БГУФК, 2016. – 57 [4] с.: ил.
57. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера: учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск: БГУФК, 2014. – 238 с.
58. Михалькова, Е. И. Экстремальная спортивная деятельность / Е. И. Михалькова, С. А. Радченко. — Текст : непосредственный // Исследования молодых ученых : материалы LXV Междунар. науч. конф. (г. Казань,

- сентябрь 2023 г.). — Казань : Молодой ученый, 2023. — С. 172-185. — URL: <https://moluch.ru/conf/stud/archive/499/18126/> (дата обращения: 16.05.2024).
59. Найдиффер, Р. М. Психология соревнующегося спортсмена / Р. М. Найдиффер ; пер. А. Н. Романина. — М. : Физкультура и спорт, 1979. — 244 с.
60. Пилюян, Р. А. Мотивация спортивной деятельности / Р. А. Пилюян. — М. : Физкультура и спорт, 1984. — 104 с.
61. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте: учеб. для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общ. ред. А. В. Родионова. — М.: Юрайт, 2020. — 251 с.
62. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. — СПб. : Питер, 2002. — 288 с.
63. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. — Омск : СибГУФК, 2006. — 380 с.
64. Психология детско-юношеского спорта: учебник для студентов высш. учеб. заведений / А. В. Родионов [и др.]; под ред. А. В. Родионова. — М.: Физическая культура и спорт, 2013. — 277 с.
65. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
66. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. — Омск: СибГУФК, 2010. — 264 с.
67. Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова, В. А. Родионова. — М.: Академия, 2016. — 320 с.
68. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для ин-тов физ. культ. / под ред. Т. Т. Джамгарова, А. Ц. Пуни. — М. : Физкультура и спорт, 1979. — 156 с.
69. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности: монография / Л.Г. Уляева [и др.] ; под общ. ред. Л. Г. Уляевой. — М. : Мархотин П.Ю., 2014. — 236 с.
70. Пуни, А. Ц. Очерки психологии спорта / А. Ц. Пуни. — М. : Физкультура и спорт, 1959. — 307 с.
71. Пуни, А. Ц. Психология : учеб. для техникумов физ. культуры / А. Ц. Пуни. — М. : Физкультура и спорт, 1984. — 255 с.
72. Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. — Махачкала : Юпитер, 2002. — 160 с.
73. Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта : учеб. для вузов / А. В. Родионов. — М. : Академический проект : Фонд «Мир», 2004. — 576 с.
74. Савенков, Г. И. Психологическая подготовка спортсмена в современной системе спортивной тренировки / Г. И. Савенков. — М. : Физическая культура, 2006. — 96 с.
75. Сагайдак, С. С. Мотивация достижений в спорте / С. С. Сагайдак. — Минск : БЕЛПОЛИГРАФ, 2002. — 245 с.

76. Сандомирский, М. Е. Как справиться со стрессом / М. Е. Сандомирский. – Воронеж: НПО МОДЕК, 2000. – 176 с.
77. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
78. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539186>.
79. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
80. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
81. Смоленцева, В.Н. Психология взаимодействия в спорте [Электронный ресурс] / В.Н. Смоленцева, Ю.А. Мироненко, В.А. Блинов, Н.А. Шакина ; под ред. В.Н. Смоленцевой ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 123 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459433>
82. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>
83. Сопов, В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: метод. пособие / В. Ф. Сопов. – М., 2010. – 115 с.
84. Стамбулова, Н. Б. Психология спортивной карьеры : учеб. пособие / Н. Б. Стамбулова. – СПб. : Центр карьеры, 1999. – 368 с.
85. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.
86. Сурков, Е. Н. Психомоторика спортсмена / Е. Н. Сурков. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 126 с.
87. Тиунова, О. В. Мотивация достижений в спортивной деятельности: метод. рекомендации / О. В. Тиунова. – М.: ТрансЛит, 2007 – 32 с.
88. Тихвинская, Е. О. Психология переживания в спорте: учеб. пособие / Е. О. Тихвинская. – СПб., 2007. – 48 с.
89. Уэйнберг, Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев : Олимп. лит., 1998. – 335 с.

90. Цзен, Н. В. Психотренинг: игры и упражнения / Н. В. Цзен, Ю. В. Пахомов. – 2-е изд. – М.: Класс, 2006. – 272 с.
91. Черникова, О. А. Соперничество, риск, самообладание в спорте / О. А. Черникова. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 104 с.
92. Этика для Европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского изд. И.Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.
93. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М. : Советский спорт, 2006. – 163 с.
94. Яковлев, Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учеб. пособие / Б. П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2014. – 312 с.
95. Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учеб. пособие / Б.П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности станов-

ления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Курс является дисциплиной предметной подготовки и разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала. Предлагаемый курс призван обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, рисунков, таблиц, кинофильмов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных педагогических ситуаций; деловые игры. Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя и обучающихся, а прежде всего их взаимная детерминация.

В процессе обучения используется метод самостоятельного изучения вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

- 1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;
- 2) психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности.

Творческие задания для группы (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель.

Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная маг-

		нитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер

7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



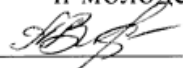
Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА» Кафедра ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«24» апреля 2026 г.
протокол № 9
Зав.кафедрой
П.Е.Багновская 

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
 А.В. Мазурина
«26» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК: РАЗГОВОРНАЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ СПЕЦИФИКА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.04.03

«СПОРТ»

Направленность (профиль программы): Спортивная психология.

Управление психологической подготовкой в сфере спорта

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 2, 3

Семестр – 3-5

Промежуточная форма контроля – зачет (4 семестр)

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет (5 семестр)

Рабочую программу разработал:
зав. кафедрой, к.п.н. Багновская П.Е.

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Выписка из федерального государственного образовательного стандарта	3
2. Результаты обучения по дисциплине	3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП	4
4. Объём дисциплины и виды учебной работы	5
5. Содержание дисциплины	5
5.1. Количество часов по видам занятий	5
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий	6
5.2.1. Содержание лекционных занятий	-
5.2.2. Содержание практических занятий	6
6. Самостоятельная работа магистрантов	11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	16
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	16
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы	18
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	18
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине	21
7.2.3. Вопросы к зачету	24
8. Перечень основной и дополнительной литературы	30
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet	31
9.1 Электронные библиотечные системы	31
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы	31
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	31
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины	32

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++ по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 №947, зарегистрированным в Минюсте РФ 16 октября 2017 г. рег.№ 48567 и внесены изменения на основе Приказа Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу магистратуры, включает:

01 **Образование и наука** (в сфере научных исследований);

05 **Физическая культура и спорт** (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта) (п. 1.11.).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: (ФГОС 49.04.03 «Спорт», п. 1.12.):

тренинговый;

аналитический;

организационно-управленческий;

научно-исследовательский.

При разработке программы магистратуры организация устанавливает **направленность (профиль) программы** магистратуры, которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы путем ориентации ее на:- область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;- тип (типы) задач профессиональной деятельности (ФГОС 49.04.03 «Спорт», п. 1.13.)

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение магистром знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, проявляющиеся в практической деятельности.

	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания: - грамматики и лексики английского языка; - о спорте в англоязычных странах; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера - основные языковые формы и речевые формулы, служащие для	ПС Тренер 05.003 С/05.6 Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	УК-1, УК-4, УК-5

выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - правила составления рефератов и аннотаций к текстам по теме;	Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	
Умения: - устанавливать письменный и устный контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; - излагать свои мысли в письменной и устной формах на иностранном языке для решения задач профессиональной деятельности; - вести диалог по пройденной тематике; - дискутировать по темам. - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык	ПС Тренер 05.003 С/05.6 Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	УК-1, УК-4, УК-5
Навыки и/или опыт деятельности: - - коммуникации в устной и письменной формах по пройденной тематике; - навыков анализа прочитанного материала и использования творческого потенциала. - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);	ПС Тренер 05.003 С/05.6 Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	УК-1, УК-4, УК-5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Английский язык: разговорная и профессиональная специфика» относится к обязательной части ОПОП (Б1.О.06). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 и 3 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации – зачет (4 семестр). Вид итоговой аттестации – дифференцированный зачет (5 семестр).

4. Объем дисциплины и виды учебной работы заочная форма обучения

Виды учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей с обучающимися		40
Практические занятия		40
Промежуточная аттестация (зачет)		4
Итоговая аттестация (дифференцированный зачет)		4
Самостоятельная работа		96
Общая трудоемкость	Часы	144
	ЗЕ	4

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. Занятия	Самост. работа
3 семестр	40		8	32
1. Спорт в Великобритании. Грамматический разбор текстов. Беседа по теме.	10		2	8
2. Спорт в США. Спорт в Канаде. Грамматический разбор текстов. Беседа по теме. Аннотирование текстов.	10		2	8
3. Спорт в Австралии. Спорт в Новой Зеландии. Грамматический разбор текстов. Дискуссия по теме.	10		2	8
4. Легкая атлетика в англоязычных странах. Грамматический разбор текстов. Дискуссия по теме. Аннотирование текстов.	10		2	8
4 семестр	50		16	34
5. Единоборства (борьба, фехтование). Грамматический разбор текстов. Аннотирование текстов.	7		2	5
6. Лыжный спорт. Конькобежный спорт. Грамматический разбор текстов. Беседа по теме. Аннотирование текстов.	7		2	5
7. Спорт в американском обществе. Грамматический разбор текста. Аннотирование текста.	7		2	5
8. Досуг. Международные спортивные соревнования. Грамматический разбор текстов. Аннотирование текстов.	7		2	5
9. Игры с мячом. Футбол. Грамматический	11		4	7

разбор текстов. Беседа по теме. Аннотирование текстов.				
10. Введение в спортивную психологию. Грамматический разбор текста. Беседа по теме. Аннотирование текста.	11		4	7
5 семестр	42		16	26
11. Мотивация. Внимание. Управление стрессом. Уверенность. Грамматический разбор текстов. Беседа по теме. Аннотирование текстов.	11		4	7
12. Подготовка к тренировкам и соревнованиям. Грамматический разбор текста. Беседа по теме. Аннотирование текста.	10		4	6
13. Повышение эффективности командной работы. Значение взаимоотношений в игре. Грамматический разбор текстов. Дискуссия по теме. Аннотирование текстов.	11		4	7
14. Дети и подростки в спорте. Окончание спортивной карьеры. Грамматический разбор текстов. Дискуссия по теме. Аннотирование текстов.	10		4	6
Индивидуальная подготовка к зачету	4			
Индивидуальная подготовка к дифференцированному зачету	4			
Всего:	144 (4зач.ед.)		40	96/8

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.2. Содержание практических занятий

ТЕМА 1: Спорт в Великобритании (2 часа)

Практическое занятие:

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
2. Лексика: лексика текста «Спорт в Великобритании».
3. Чтение и перевод текстов.
4. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 2: Спорт в США. Спорт в Канаде (2 часа)

Практическое занятие:

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
2. Лексика: лексика текстов «Спорт в США», «Спорт в Канаде».

3. Чтение и перевод текстов.

4. Устная речь: вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме «Спорт в США», «Спорт в Канаде».

5. Аннотация к текстам «Спорт в США», «Спорт в Канаде».

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 3: Спорт в Австралии. Спорт в Новой Зеландии (2 часа)

Практическое занятие:

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.

2. Лексика: лексика текстов «Спорт в Австралии», «Спорт в Новой Зеландии».

3. Чтение и перевод текстов.

4. Устная речь: вопросно-ответные упражнения.

5. Дискуссия на тему «Спорт в Австралии», «Спорт в Новой Зеландии».

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 4: Легкая атлетика в англоязычных странах (2 часа)

Практическое занятие:

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.

2. Лексика: лексика текста «Легкая атлетика в англоязычных странах».

3. Чтение и перевод текстов. Реферирование текста.

4. Устная речь: вопросно-ответные упражнения.

5. Дискуссия на тему «Легкая атлетика-королева спорта».

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 5: Единоборства (борьба, фехтование) (2 часа)

Практические занятия.

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.

2. Лексика: лексика текстов «Борьба», «Фехтование».

3. Чтение и перевод текстов.
4. Устная речь: вопросно-ответные упражнения.
5. Аннотирование текстов «Борьба», «Фехтование».

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 6: Лыжный спорт. Конькобежный спорт (2 часа)

Практическое занятие:

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
2. Лексика: лексика текстов «Лыжный спорт», «Конькобежный спорт».
3. Чтение и перевод текстов.
4. Устная речь: вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме «Лыжный спорт», «Конькобежный спорт».
5. Дискуссия на тему «Зимние виды спорта в англоязычных странах».

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 7: Спорт в американском обществе (2 часа)

Практическое занятие.

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
 2. Лексика: лексика текста «Спорт в американском обществе».
- Лексические упражнения
3. Чтение и перевод текстов.
 4. Составление аннотации.
 5. Устная речь: вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области разбор грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 8: Досуг. Международные спортивные соревнования (2 часа).

Практическое занятие.

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.

2. Лексика: лексика текстов.
3. Чтение и перевод текстов. Составление резюме.
4. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 9: Игры с мячом. Футбол (4 часа)

Практическое занятие.

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
2. Лексика: лексика текстов.
3. Чтение и перевод текстов «Игры с мячом в Америке», «Американский и европейский футбол».
4. Составление аннотации к тексту.
5. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 10: Введение в спортивную психологию: проблемы и методы (4 часа)

Практическое занятие.

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
2. Лексика: лексика текстов.
3. Чтение и перевод текстов.
4. Составление резюме к тексту.
5. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 11: Мотивация. Внимание. Управление стрессом. Уверенность. (4 часа)

Практическое занятие.

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
2. Лексика: лексика текстов.

3. Чтение и перевод текстов.
4. Презентация по теме.
5. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 12: Подготовка к тренировкам и соревнованиям (4 часа)

Практическое занятие.

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
2. Лексика: лексика текстов.
3. Чтение и перевод текстов.
4. Составление аннотации к тексту.
5. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 13: Повышение эффективности командной работы. (4 часа)

Практическое занятие.

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
2. Лексика: лексика текстов.
3. Чтение и перевод текстов.
4. Составление резюме к текстам.
5. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

ТЕМА 14: Дети и подростки в спорте. Окончание спортивной карьеры. (4 часа)

Практическое занятие.

1. Грамматика: грамматический разбор текстов.
2. Лексика: лексика текстов.
3. Чтение и перевод текстов.
4. Составление резюме к текстам.

5. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний в области грамматики и лексики английского языка; умений устанавливать контакты и обмениваться информацией на иностранном языке; вести диалог по пройденной тематике; навыков анализа прочитанного материала; публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия) (УК-1, УК-4, УК-5).

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам и выполняет творческие самостоятельные задания:

№	Содержание работы. По темам занятий.	Кол-во часов	Виды контроля
2.	Тема: Спорт в Великобритании. Грамматика. Повторение времен действительного залога. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: Активная и спортивная лексика темы. Лексические упражнения. Чтение и перевод текста. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Литература: [1] - с.4-5; [3] - с.37-50.	8	Опрос чтения и перевода текста, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, беседа по теме.
	Тема: Спорт в США. Спорт в Канаде. Грамматика: повторение времен действительного залога. Выполнение упражнений. Лексика: Активная и спортивная лексика темы. Выполнение лексических упражнений. Чтение и перевод текстов «Спорт в США», «Спорт в Канаде». Устная речь: Ответы на вопросы по теме. Подготовка к беседе по теме. Написание аннотации. Литература: [1] - с.6-9; [3] - с.37-50.	8	Опрос чтения и перевода текстов, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, беседа по теме. Проверка аннотации.
3.	Тема: Спорт в Австралии. Спорт	8	Опрос чтения и

	в Новой Зеландии. Грамматика: повторение времен действительного залога. Выполнение упражнений. Лексика: Активная и спортивная лексика текстов. Выполнение лексических упражнений. Устная речь: Ответы на вопросы по темам. Подготовка проекта по теме. Подготовка к дискуссии на тему. Литература: [1] - с.9-11; [3] - с.37-50.		перевода текстов, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, опрос проекта; дискуссия на тему.
4.	Тема: Легкая атлетика в англоязычных странах. Грамматика: повторение времен действительного залога. Выполнение упражнений. Лексика: Активная и спортивная лексика темы. Выполнение лексических упражнений. Чтение и перевод текста «Легкая атлетика в англоязычных странах». Реферирование текста. Устная речь: вопросно-ответные упражнения; подготовка к дискуссии по теме. Литература: [1] - с.11-12; [3] - с.37-50.	8	Опрос чтения и перевода текстов, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, проверка реферирования текста; дискуссия по теме; проверка реферирования текста
5.	Тема: Единоборства (борьба, фехтование). Грамматика: времена страдательного залога. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: Активная и спортивная лексика темы. Выполнение лексических упражнений. Чтение и перевод текстов. Устная речь: вопросно-ответные упражнения; подготовка к беседе по теме.	5	Опрос чтения и перевода текстов «Фехтование», «Борьба», спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, беседа по теме.

6.	Литература: [1] - с.12-15; [3] - с.53-56. Тема: Лыжный спорт. Конькобежный спорт. Грамматика: времена страдательного залога. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: активная и спортивная лексика текстов «Лыжный спорт», «Конькобежный спорт». Выполнение лексических упражнений. Устная речь: ответы на вопросы по теме. Подготовка к беседе по теме. Подготовка к дискуссии на тему «Зимние виды спорта». Литература: [1] - с.15-18; [3] - с.53-56.	5	Опрос чтения и перевода текстов «Лыжный спорт», «Конькобежный спорт», спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений.
7.	Тема: Спорт в американском обществе. Грамматика: времена страдательного залога. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: лексические упражнения. Составление аннотации по тексту. Устная речь: вопросно-ответные упражнения; беседа по теме. Литература: [2] - с.5; [3] - с.53-56.	5	Опрос чтения и перевода текста, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, опрос беседы по теме, опрос диалога по теме «Проживание в гостинице».
8.	Тема: Досуг. Международные спортивные соревнования. Грамматика: инфинитив и его функции. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: активная и спортивная лексика темы. Выполнение лексических упражнений. Чтение и перевод текстов по теме. Составление резюме по тексту. Устная речь: вопросно-ответные упражнения; беседа по теме. Литература: [2] - с.6-7, 7-8; [3] - с.72-75.	5	Опрос чтения и перевода текста, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, беседы по теме, проверка резюме.
9.	Тема: Игры с мячом. Футбол.	7	Опрос чтения и

	Грамматика: Модальные глаголы. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: активная и спортивная лексика текстов. Выполнение лексических упражнений. Чтение и перевод текстов «Игры с мячом в Америке», «Американский и европейский футбол». Составление аннотации к тексту. Устная речь: вопросно-ответные упражнения по теме. Подготовка к беседе по теме. Литература: [2] - с.8-9; [3] - с.56-59.		перевода текста, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, опрос беседы по теме, проверка аннотации.
10.	Тема: Введение в спортивную психологию: проблемы и методы. Грамматика: модальные глаголы. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: активная и спортивная лексика темы, выполнение лексических упражнений. Чтение и перевод текстов. Составление резюме к тексту. Устная речь: вопросно-ответные упражнения. Подготовка к беседе по теме. Литература: [5]; [3] – с56-59.	7	Опрос чтения и перевода текста, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, проверка резюме, беседа по теме.
11.	Тема: Мотивация. Внимание. Управление стрессом. Уверенность. Грамматика: словообразование. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: активная и спортивная лексика текстов. Чтение и перевод текстов. Составление резюме к текстам. Презентация по теме. Устная речь: вопросно-ответные упражнения. Подготовка к беседе по теме. Литература: [5]; [4] - с.5-8.	7	Опрос чтения и перевода текстов, спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, беседа по теме, презентация.
12.	Тема: Подготовка к тренировкам и соревнованиям.	6	Опрос чтения и

	Грамматика: словообразование. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: активная и спортивная лексика текстов. Чтение и перевод текстов. Составление аннотаций к текстам. Устная речь: вопросно-ответные упражнения. Подготовка к беседе по теме. Литература: [5]; [4] - с.8-10. Тема: Повышение эффективности командной работы.		перевода текста, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, беседа по теме, проверка составления аннотации к тексту.
13.	Грамматика: словообразование. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: активная и спортивная лексика текстов. Выполнение лексических упражнений. Чтение и перевод текстов. Составление резюме к текстам. Устная речь: вопросно-ответные упражнения. Подготовка к беседе по теме, к дискуссии по теме. Литература: [5]; [4] - с.10-12. Тема: Дети и подростки в спорте. Окончание спортивной карьеры.	7	Опрос чтения и перевода текста, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, беседа по теме, проверка составления резюме, дискуссия.
14.	Грамматика: причастие. Выполнение грамматических упражнений. Лексика: активная и спортивная лексика темы. Чтение и перевод текстов. Составление резюме к текстам. Устная речь: вопросно-ответные упражнения. Беседа по теме. Подготовка к дискуссии на тему. Литература: [5]; [3] – 33-34; 62-65.	6	Опрос чтения и перевода текста, опрос спортивного и активного словарей, проверка выполнения упражнений, беседа по теме, проверка составления резюме, беседа, дискуссия.
	Индивидуальная работа по подготовке к зачету Индивидуальная работа по подготовке к дифференцированному зачету	2 2	

Список основной и дополнительной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно.

Основная литература:

1. Дроздова Н.П. Физическая культура и спорт в англоязычных странах. Методические рекомендации по английскому языку для магистрантов СГАФКСТ. 2-ое изд., перераб. и испр. / Н.П. Дроздова, Л.А. Филатова. – Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2019. – 23 с.
2. Дроздова Н.П. Спорт в Соединенных Штатах Америки. Учебное пособие по английскому языку/ Н.П. Дроздова, Л.А. Филатова. – Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2017. – 21с.
3. Практическая грамматика английского языка: учебно-методическое пособие «Практическая грамматика английского языка» для студентов 1-2 курсов факультета физической культуры, спорта и оздоровительных технологий по направлениям подготовки 49.03.04 «Спорт» 49.03.01 «Физическая культура»: [16+] / авт.-сост. П. Е. Багновская, И. В. Дашдамирова; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 80 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730272> (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
4. Дроздова Н.П. Словообразование в спортивной лексике. Методические рекомендации для студентов СГАФКСТ. 2-ое изд., перераб. и испр. / Н.П. Дроздова, Л.А. Филатова. – Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2021. – 11 с. <https://rucont.ru/efd/785550>
5. Адаптированные аутентичные тексты по специальности.

Дополнительная:

1. Мюллер В.К. Англо-русский, русско-английский словарь / В.К. Мюллер. – М.: «Ладком», 2017. – 608 с.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-1 - способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	ПС Тренер 05.003 С/05.6 Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной	Знает: - грамматику и лексику английского языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера
УК-4		

- способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном (ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия УК-5 - способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.	подготовки Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	- основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - правила реферирования и аннотирования текстов по теме; Умеет: - устанавливать письменный и устный контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; - излагать свои мысли в письменной и устной формах на иностранном языке для решения задач профессиональной деятельности; - вести диалог по пройденной тематике; - дискутировать по темам. - аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык Имеет опыт: - коммуникации в устной и письменной формах по пройденной тематике; - навыков анализа прочитанного материала и использования творческого потенциала. - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия)

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль осуществляется в виде:

- устного опроса, чтения и перевода текстов, пересказа темы;
- проверки выполнения письменных домашних заданий по грамматике и лексике;
- вопросно-ответных упражнений, диалогов по темам делового английского языка;
- контрольных переводов и контрольных работ;
- тестирования по грамматике;
- письменного перевода текста по специальности;
- аннотирования и реферирования текстов.

Промежуточный контроль – зачет (3 семестр)

Зачет в 3 семестре ставится по текущей успеваемости

Содержание зачета (4 семестр)

1. Прочитать и перевести без подготовки и без словаря один из следующих текстов: «Wrestling», «Swimming», «Basketball», «Football», «Skiing», «Ice Hockey», «Gymnastics», «Volleyball», «Fencing».

2. Составить аннотацию к тексту.

К сдаче зачета допускаются все магистранты при условии сдачи всех задолженностей по материалу семестра.

Тексты для зачета (4 семестр)

VOLLEYBALL

Volleyball is a modern game. It is younger than basketball. Volleyball was invented by an American physical culture teacher William Morgan in 1895. He thought that basketball was good only for young people and invented a game for all ages.

Many people liked and played volleyball, which soon crossed the ocean and appeared in Europe and Asia. It was very popular because the rules and the equipment for the game were simple. The first complete set of rules was formulated in 1917. Later volleyball became a splendid recreational game.

The International Volleyball Association was formed in 1947. The first world volleyball championship was held in 1949 in Prague, Czechoslovakia. The USSR team became the champion. In 1957 volleyball was given Olympic status.

complete set of rules – полный список правил

recreational game – развлекательная игра

GYMNASTICS

In ancient Greece all physical exercises were called gymnastics and the halls where athletes trained - gymnasiums. Gymnastics as a sport had its beginning in Germany early in the 19th century when a gymnasium opened in 1811. Many gymnastics clubs were organized. It was taught at schools.

In 1860 the first gymnastics competitions took place in Czechoslovakia. In 1912 gymnastics was included in the programme of the Olympic Games. In Russia the first gymnastics club was organized in 1883. But gymnastics was known only in big cities.

Only in the 20th century gymnastics became one of the most popular sports in our country. Our gymnasts took their Olympic start in 1952. They always take the first place among other countries. Many of our gymnasts became real stars in gymnastics.

The Olympic and other international gymnastics championships include six exercises for men and four for women.

ancient Greece – Древняя Греция

Germany - Германия

ICE HOCKEY

The origins of ice hockey may be found in different countries, but the game in its modern form appeared in Canada. Canadian soldiers played hockey on the ice of the Great American Lakes.

Soon ice hockey became a popular game. Many ice hockey clubs were organized and hockey became a national sport in Canada. Canadian students brought ice hockey to Europe where even British princes, future kings, played this new game.

In 1908 the International Ice Hockey League was formed among European countries. In 1910 the first European ice hockey championship was held in France, and the British team was the first winner. World championships began in 1924. In 1921 ice hockey became an Olympic sport. The history of ice hockey in our country began in 1946. At that time one line-up played all three periods. Our hockey players won the world championships and the Olympic Games.

the origins - истоки

the Great American Lakes – Великие Американские озера

SKIING

People used skis many years ago. The oldest skis were found in Sweden. They were about 2500 years old. Skis were known in many countries, but in Scandinavian countries skiing was first practiced as a sport.

The first ski races were held in 1866 in Norway. This country was the first to organize a national ski association. In the beginning of the 20th century downhill racing became very popular in Middle Europe. The first slalom competitions were held in 1923. Olympic skiing championships began in 1924. In 1925 the world skiing championship was held for the first time. Now they are held every second year between the Olympic Games.

In 1896 the Moscow Skiing Club held the first ski competitions in our country. In 1924 the International Skiing Federation was organized. Skiing is very popular in many countries.

Sweden - Швеция

Scandinavian - скандинавский

Norway - Норвегия

downhill – скоростной спуск на лыжах

Slalom - слалом

FOOTBALL

Almost every boy played football or watched a football match. This game is popular more than a hundred years. The game is not new. Foot-and-ball games were known before our era. In old Japan and China a game like football was very popular.

The history of modern football began at the end of the 19th century. At that time the football rules allowed to play by feet and hands. Those rules were changed many times. The first international match between the teams of England and Scotland was held in 1872. The International Football Federation (FIFA) was formed in 1904 in Paris, France.

In our country the first football teams appeared in 1897 in Petersburg. In 1912 the national team of Russia took part in the Olympic Games and lost because its players were not well trained.

Japan - Япония

China - Китай

BASKETBALL

Basketball appeared in 1891 in the USA and now is played all over the world. Its inventor, James Naismith, taught physical culture in a college.

At first basketball was played by American students. The new game became very popular. First competitions were held in 1895 in the USA. In Russia young people also played that American game. In 1909 the first international match was held in Russia between American and Russian sportsmen who were the winners.

In 1936 basketball was included in the programme of the Olympic Games. For a long time American basketball players were the only Olympic champions. But in 1972 in Munich the Soviet team for the first time became the Olympic champions.

SWIMMING

It is strange that swimming was not included in ancient Olympic Games. In ancient Greece and Rome swimming was as important as reading. As a sport swimming was practised in Japan. There swimming competitions were held before the new era.

The first swimming competitions in Europe were held in 1515 in Venice. Swimmers trained and competed in rivers and lakes in summer. In the 19th century swimming-pools appeared and swimming became very popular.

The first European championship was held in 1890. Then swimming became the Olympic sport and in 1908 the International Swimming Federation was formed. The first world championship was held only in 1973. Swimming as a sport was not popular in Russia. The first swimming competitions in Russia were held in 1913 in Kiev.

Greece - Греция

Rome - Рим

Japan - Япония

Venice - Венеция

WRESTLING

Wrestling is one of the oldest sports. It was included in the Olympic Games in 704 B.C. Rules were very simple then. Greece was the birthplace of the Greco-Roman wrestling. This style with small changes is popular in our time. In 1896 Greco-Roman wrestling was included in the programme of the first modern Olympics. The first world championship was held in 1904.

Freestyle wrestling is also a part of the Olympic programme since 1904. At present freestyle wrestling is one of the most popular styles. Wrestlers have more freedom in their actions. The first world championship was held in 1951.

Judo is a very popular international form of the jacket wrestling. It was invented in Japan. Sambo originated in the USSR in 1930s. It is a fast and dynamic kind of sport. The best wrestling became the basis of sambo.

B.C. - до нашей эры

FENCING

Fencing is one of the most ancient sports. Fencing in Russia began to develop in the 18th century. Peter the Great included "swordsmanship" among the compulsory subjects at school. There were even examinations in fencing.

In the 19th century fencing began to develop in different cities of Russia: Smolensk, Kazan, Kharkov. In this period a number of fencing schools for officers were opened. Fencing was a sport for privileged.

Official fencing championships were held in Russia in 1860. The competitors were army officers and pupils of private fencing schools. Russian fencers took part in the international tournament in Paris in 1910 when more than 100 sportsmen from different countries competed.

Fencing was included in the programme of the first modern Olympic Games.

Now fencing is a favourite kind of sport for many people.

Peter the Great – Петр Великий;

Swordsmanship – искусство фехтования

Paris – Париж

Тестовые задания по дисциплине:

На выполнение теста отводится 10 минут. Прочитайте один из текстов и передайте содержание по-английски.

LARISA LATYNINA

Latynina was one of the top Soviet gymnasts. She was born in 1935. Larisa began to go in for sport when she was a schoolgirl. She liked gymnastics best of all. Larisa trained in her school gymnastics group. When she finished school she entered the Institute of Physical Culture.

Latynina began to win many important victories. At the Rome Olympics in 1960 she won the absolute championship and the gold medal. At the Tokyo Olympic Games, she won two gold medals and one silver. Latynina took part in three Olympics and won nine gold medals. In addition, she won 5 silver and 3 bronze medals.

At the Olympic Games, world and European championships Latynina won unprecedented number of medals – 24 gold, 15 silver and 5 bronze, which made her one of the greatest gymnasts in the history of sport. Latynina modernized gymnastics and popularized it all over the world.

Rome – Рим

Tokyo – Токио

in addition – кроме того

LEV YASHIN

Lev Yashin is one of the greatest goalkeepers in the history of football. He was born in 1929. For almost twenty years he played for one of the best teams of the Soviet Union – Dynamo Moscow.

Yashin played for the Soviet Union in the world championship of 1958, 1962, and 1966. He was on the national team that won the Olympic football tournament in 1956 in Melbourne and the first competition for the European Nations Cup in 1960 in Paris.

Several times Yashin defended the goal of a symbolic world team. He was awarded the Gold Ball, the trophy presented by FRANCE FOOTBALL weekly to the best footballer of the year in Europe. On the 27th of May 1971 the famous goalkeeper retired from sport. A special farewell game the Rest of the World versus Dynamo Moscow was organized in Yashin's honour. Pele said that Yashin was the king of goalkeepers and a remarkable example of love for sport.

Melbourn – Мельбурн

retired from sport – ушел из спорта

the Rest of the world – сборная мира

goal – ворота

NIKOLAI PANIN-KOLOMENKIN

The first Russian Olympic champion was Nikolai Panin-Kolomenkin. At the 4th Olympic Games in London in 1908 he won the gold medal in figure skating, which was included in the programme of the Olympic Games.

Panin-Kolomenkin was a many-sided sportsman. He played tennis and football well and was a first-class rower and yachtsman. But his best successes were in figure skating and shooting. He was five-time Russian figure-skating champion, twelve-time shooting champion.

The first Russian Olympic champion had a long sporting life. In 1928, when he was 56 years old, Panin-Kolomenkin won the shooting competition at the All-Union Games. He devoted his talent and rich experience to the training of young sportsmen.

Panin-Kolomenkin was one of the organizers of the Institute of Physical Culture in Petersburg, where he taught some subjects. He was the author of the first Russian textbook on figure skating. It was published in 1910.

rower – гребец

yachtsman – яхтсмен

shooting – стрельба

All-Union Games – Всесоюзные игры

textbook – учебник

devote – посвящать

LIDYA SKOBLIKOVA

L. Skoblikova began her sport career in the Southern Urals. She was fond of speed skating since childhood. At the age of 16 she joined a speed skating centre. At the age of 18 she won her first medal, and at 19 she was called an Olympic hopeful. It was in 1958 when she set a new national record.

At the Winter Olympics in 1960 speed skating for women was included in Olympic programme for the first time. Lidya Skoblikova won two gold medals. She became the first person to win four gold medals at one Winter Olympic Games. In 1964 in Innsbruck she was the first in all four distances and set three records.

Prior to Skoblikova no skater brought home so many medals from the Winter Olympics. Skoblikova had six. This is an Olympic record too. Skoblikova had written a gold page in the history of speed skating.

the Southern Urals – Южный Урал

an Olympic hopeful – олимпийская надежда

Innsbruck – Инсбрук

prior to – до

VLADIMIR SALNIKOV

Vladimir Salnikov, the three-time Olympic champion, four-time world champion, three-time European and many-time national champion was born in 1960. He began to go in for swimming at the age of nine. The Leningrad swimmer's name began to appear in the sports press after the 1976 Montreal Olympics. He got the finals in the 1,500m race and took the fifth place.

The following year at the European championship in Sweden Salnikov won the gold medal. Another year passed and he won two gold medals at the world championship in West Berlin. After that he began to win in many championships in which almost all the strongest swimmers took part.

In 1980 the journalists at the 22nd Olympic Games in Moscow named him the best athlete of the Games. He often headed the list of the best athletes of our country.

Montreal – Монреаль

Sweden – Швеция

West Berlin – Западный Берлин

RINAT DASAYEV

The first game of Rinat Dasayev was on May 23, 1978. The young goalkeeper played with SPARTAK in the national championship against ZARYA. The newcomer played well. Dasayev was tall, had excellent reaction – the necessary qualities for a goalkeeper. The SPARTAK team elected him their captain.

Dasayev started to play football in the city children's team. Then he played in the team which was in the second league. He was a stand-in for a year.

After the end of the 1982 football World Cup in Spain the famous Pele said that Rinat Dasayev was a worthy successor to Lev Yashin. He was the goalkeeper of the national and the Moscow SPARTAK teams. He was included on all the symbolic All-World teams. In 1988 Rinat Dasayev got the Cup and the jersey of the best world goalkeeper.

against – против

stand-in – запасной

Spain – Испания

worthy successor – достойный преемник

All-World team – сборная мира

VLADISLAV TRETYAK

Vladislav Tretyak was born in 1952. He was a goalkeeper of the Central Army Club ice hockey team, many times national champion. Since 1970 he was on the national team which won the Olympic titles and the world championships.

Vladislav loved sport. He went in for skiing, swimming, athletics. At the age of 18 Tretyak played at the world championship. At 20 he played in the games against NHL and the professional experts name him the “Russian wonder”. At 22 he was named the best goalkeeper at the world championship. For some years Tretyak was voted No 1 ice hockey player in our country.

Tretyak trained this way: 30 minutes before the general training started, two hours with the team and 30 minutes after the training finished. Tretyak had not missed a single training, had not smoked a single cigarette. He wrote a book about the most brilliant moments in the history of our ice hockey.

NHL – НХЛ

No 1 – номер один

NIKOLAI ANDRIANOV

At 11 years old Nikolai went to the gymnastics school. After his success in the children tournament he was included as a reserve on the men`s national team. When he was 18 Andrianov went to the European championship in Madrid. He won two gold medals and one bronze. In 1972 Nikolai became the national champion. The same year he won the international competition for the MOSCOV NEWS prize.

At the Montreal Olympics Andrianov became the champion. After the Olympics he continued to work on his programme and included in it new elements. In October 1977 he won the World Cup. The next year he led the national team at the world championship in France where his performance was a sensation. He won a brilliant victory and became the world champion again. At the Olympic Games in Moscow in 1980 Andrianov won two medals – one gold and one bronze. At the Olympics he won 7 gold, 5 silver and 3 bronze medals. Andrianov brought fresh ideas in to men gymnastics.

MOSCOW NEWS – “Московские новости” (газета)

Montreal - Монреаль

YURI VLASOV

Y. Vlasov was five times Olympic and world champion in weightlifting (1959-1963). He set 31 world records. Yuri was born in 1935. He took up sport at a Suvorov military college. When he finished the college he entered the Zhukovsky Military Engineering Air Academy. There he went in for weightlifting and trained hard. At each training Vlasov lifted altogether up to 20 tons (his own weight exceeded 100 kg).

Vlasov`s goal was the 1960 Rome Olympics. He wanted to meet with the Americans who were the best in the heavy-weight division at that time. The competition of weightlifters in the heavy-weight division was held between the two Americans and the Russian Y.Vlasov. Vlasov became the champion of the 17th Olympic Games and the holder of a new world record.

Vlasov was a silver medalist of the 18th Olympic Games. He left weightlifting in 1968 and devoted himself to literary work.

up to – до

goal – цель

Rome – Рим

heavy-weight division – тяжелая весовая категория

VALERY BRUMEL

Valery Brumel is an outstanding high jumper. He was the champion of the 1964 Olympic Games in Tokyo, when he set a new Olympic record of 218 cm. In 1960 at the 17th Olympic Games in Rome he won the silver medal in high jumping. He broke six world records. In 1961, 1962 and 1963 he was named the best sportsman of the world.

Valery Brumel was born in 1942 in Chita Region. He graduated from the State Central Institute of Physical Culture in Moscow. He was the idol of many people in 1960s. The Gold Caravel Prize was given to him in Italy for his outstanding sporting achievements.

An accident and an injury cut short the brilliant career of Valery Brumel. He was often invited to tell people about sport. He became a professional writer. He is the author of the book «Height».

Rome – Рим

Chita – Чита (город)

Итоговый контроль – дифференцированный зачет (5 семестр)

Содержание дифференцированного зачета

1. Прочитайте и переведите без подготовки текст:

«Чемпион чемпионов», «Зимние виды спорта», «Легкая атлетика», «Хоккей с шайбой», «Фехтование», «Скоростной бег на коньках», «Плавание», «Футбол», «Футбол в России», «Баскетбол», «Баскетбол в Америке и России», «Олимпийские игры».

2. Составьте по тексту диалог на английском языке (8-10 предложений).

3. Перескажите текст по-английски.

К сдаче зачета допускаются все магистранты при условии сдачи всех задолженностей по материалу семестра.

Тексты для дифференцированного зачета (5 семестр)

THE CHAMPION OF CHAMPIONS

Ivan Poddubny achieved unprecedented wrestling success having won the title of world champion in 1905 and retaining the crown for almost 30 years. In recognition of his services to national sport the Government awarded him the Order of the Red Banner of Labour and made him a merited Master of Sport. Wrestling tournaments are held today to commemorate Poddubny. Medals showing his mighty form are now the most coveted prize of the wrestling giants of many lands.

Ivan's biceps were 45 cm, but his trainer said: "You are a very strong man, but God forbids if you rely on your physical power alone. Wrestling is nothing without tactics and strategy. Before each bout try and find out all you can about your opponent. Get his photo and study carefully his muscle structure and make a plan for the coming bout. You should begin by probing your opponents using reconnaissance tricks: you must grip his wrist and null it. If you succeed you may be satisfied that his biceps are weaker than yours. A good wrestler should be a fast thinker. Oh, believe me, wrestling is a science.

Notes

to retain - удерживать

recognition - признание

the Order of the Red Banner of Labour – Орден Трудового Красного Знамени

mighty – могучий, мощный

to find out - выяснить

the coming bout – предстоящая схватка

by probing - исследуя

reconnaissance – исследование, разведка

THE CHAMPION OF CHAMPIONS

Ivan Poddubny achieved unprecedented wrestling success having won the title of world champion in 1905 and retaining the crown for almost 30 years. In recognition of his services to national sport the Government awarded him the Order of the Red Banner of Labour and made him a merited Master of Sport. Wrestling tournaments are held today to commemorate

Poddubny. Medals showing his mighty form are now the most coveted prize of the wrestling giants of many lands.

Ivan's biceps were 45 cm, but his trainer said: "You are a very strong man, but God forbids if you rely on your physical power alone. Wrestling is nothing without tactics and strategy. Before each bout try and find out all you can about your opponent. Get his photo and study carefully his muscle structure and make a plan for the coming bout. You should begin by probing your opponents using reconnaissance tricks: you must grip his wrist and null it. If you succeed you may be satisfied that his biceps are weaker than yours. A good wrestler should be a fast thinker. Oh, believe me, wrestling is a science.

Notes

to retain - удерживать

recognition - признание

the Order of the Red Banner of Labour – Орден Трудового Красного Знамени

mighty – могучий, мощный

to find out - выяснить

the coming bout – предстоящая схватка

by probing - исследуя

reconnaissance – исследование, разведка

ICE-HOCKEY

Hockey, ice-hockey as we know it today, is still relatively young, but its origin dates back as far as the second century. Its historical roots are Canadian, despite the fact that it is generally recognized to stem from a game played by Englishmen in Ontario in 1860. In the summer of 1879, W.F. Robertson, a student at Montreal University visited England and watched field hockey matches. As a skating enthusiast, he wondered how the game could be suitably adapted so that it could be played on ice. He told his fellow- students of his idea. Robertson and Smith devised rules and regulations. A square rubber puck was used, with nine players on each side.

The year 1893 was a notable one for nearly a hundred clubs were established in Montreal and there were a lot of leagues of different grades throughout Canada.

The game was first played in the USA in 1893 at universities. Also in 1893, Lord Stanley of Preston, then Governor General of Canada, presented the Stanley Cup, a permanent trophy which has become the most famous prize in this sport. It was first won by a club representing Monteval Amateur Athletic Association.

Notes:

as far as - до

to stem - происходить, возникать

Ontario - Онтарио

grade - ранг

Preston – г. Престон

FENCING

Fencing is a sport practised throughout the world with three weapons: the foil, the epee and the sabre.

Fencing demands quick thinking, balance, muscular control combined with mental discipline, rather than strength. Interests in fencing in England revived with its inclusion in the curriculum of the Army School of Physical Training in 1861. In 1902 the Amateur Fencing Association was formed as the governing body for fencing in Great Britain. Competitive fencing as a sport began to develop on the continent of Europe in the 19th century. Fencing has been an Olympic sport since the first modern Olympic Games were held in 1896. Fencing had long been a traditional sport in France, Italy and Hungary.

As a result France and Italy were the best world competitions (foil and epee) and Hungary and Italy (sabre) virtually until 1955 although notable champions emerged from time to time from other countries such as Cuba, Sweden, Britain. In the mid-1950s the

USSR, Poland, Hungary, Romania had the western European countries as leaders in world competitions at all weapons. Fencing has spread very all over the world and strong teams are now appearing in many countries.

The first European championships which included all weapons with both teams and individual events were held in 1930. From 1936 they were called world championships. World youth championships have been organized annually since 1950.

SPEED-SKATING

As a sport ice speed-skating originated from Holland in the beginning of the 19th century. International speed-skating competitions began in 1885 in Germany and in 1893 the first official world championship was held in Amsterdam. The first world champion was J. Eden of Holland. Speed-skating for men was included in the programme of the first Olympic Games in 1924. Woman's world championship began in 1936, and their Olympic debut took place in 1960.

Speed-skating began to develop in Russia about the same time as in Western Europe. Russian skaters also took part in world contests and won them, too, like N. Strunnikov who in 1910 and 1911 became the world champion. Jakov Melnikov won the national champion's title 10 times in combined events and 27 times in individual races. Among woman speed-skaters the most for the most famous is "Soviet Rocket" Lydia Skoblikova who won four gold Olympic medals in 1964.

The Olympic speed-skating races are held over 500, 1000, 1500, 500 and 10000 m for man and 500, 1000, 1500 and 3000 m for woman. Usually the competitions are held during two days. Almost always speed-skating competitions take place in the open air on large rinks with natural ice.

Notes:

Holland - Голландия

Amsterdam - Амстердам

Soviet Rocket – Советская ракета

SWIMMING

It may seem strange that swimming was not included in ancient Olympic Games, though people had known it long ago. Both in ancient Greece and Rome swimming was as important as reading. Soldiers often sailed to other lands and fought on seas too. They were taught swimming for life-saving.

As a sport swimming was practised in Japan. There swimming contests were held before the new era. Since the 1th century it has been taught in schools.

One of the earliest swimming competitions in Europe was held in 1515 in Venice. In 1538 the first swimming handbook was published. First swimming schools began to appear in the end of the 18th century. Swimmers trained and contested mostly in rivers and lakes, which was only possible in summer. In the 19th century swimming-pools appeared and swimming became very popular.

Many countries organized national swimming championships, and the first European championship was held in 1890. Six years later swimming became the Olympic sport and in 1908 the International Swimming Federation was formed. But the first world championship was only held in 1973, or 65 years later!

Notes:

Venice - Венеция

Handbook - руководство

FOOTBALL

Almost every boy played football or watched a football match. This game is one of the most popular among other games for more than a hundred years.

The game itself is not new. There are many records that foot-and-ball games were known and played during many centuries before our era. In old Japan and China a game like football was very popular. Two thousand years later in Greece a football-like

game was popular among both boys and girls. The history of modern football began in the end of the 19th century. At that time the football rules allowed to play by both feet and hands.

The football referees appeared only in 1878. The first goal nets were first seen in 1891.

The first international match between the teams of England and Scotland was held in 1872.

The International Football Federation (FIFA) was formed in 1904 in Paris, France.

In our country the first football teams appeared in 1897 in Petersburg. Before the First World War football was played in 33 Russian towns. There were 155 football clubs with more than 7 thousand sportsman. In 1912 the national team of Russia took part in the Olympic Games and lost, because its players were not well trained.

Notes:

era - эра

records - записи

a football-like game – игра, похожая на футбол

appeared – появились

FOOTBALL IN RUSSIA

Football was brought to Russia by the English brothers Charnock in 1887, when they formed a football team at their cotton factory in Orekhovo-Zuyevo, as an antidote to revolutionary activity among their workers. Before the beginning of the Second World War there was already a strong league of factory teams in the Moscow region.

Russia sent a team to the Olympic tournament of 1912, where it lost 2-1 to Finland. After the revolution Russian football continued to develop, with the formation of such clubs as Dynamo Moscow. But there were no contacts at all with the world game until 1945, when the famous and talented Dynamo Moscow team was sent to Britain. They played four games and won.

In 1958 the Soviet Union entered the World Cup for the first time, and qualified for the quarter-final. The first Russian club to enter European competitions was Dynamo Kiev which reached the semifinals of the Cup Winners Cup in 1965.

Notes:

brothers Charnock – братья Чарнок

to develop – развивать

BASKETBALL

The game was originated in the USA in 1891. Now it is played all over the world. The object of the game as its inventor, Naismith, said it to throw a ball into the opponent's basket. A goal is scored when the ball enters the basket. The game is won by the team scoring the greater number of points in the playing time.

The earliest evidence of a game that resembles basketball may be found in ancient Central and South American civilizations. The game was played with a rubber ball. The object was to throw the ball into the "goal", using only hips and knees. A goal was situated on the court at each end and consisted of a flat stone with a hole in the centre. In Mexico, in the 16th century, the Aztec game required that the players put a rubber ball through a fixed stone ring.

Credit for the invention of the game of basketball as played today, goes to the Canadian-born Dr. Naismith. He invented an entirely new game. It is possible to determine the exact time and the place of the first match. It was on the 20th of January, 1892 in Springfield. For goals he had two baskets nailed to the balcony. The class comprised 18 students, so the game was played between two teams of 9.

Notes:

evidence – факты, свидетельства

flat - плоский
Aztec - ацтеки
credit - честь
Springfield – г. Спрингфилд
to nail – прибить

BASKETBALL IN AMERICA AND RUSSIA

At first basketball was only played by American college students. The new game became very popular. First competitions were held in 1895 in the USA.

In Russia young people also played that American game. In 1909 the first international match was held in Russia between American guests and Russian amateurs who were the winners.

In 1936 basketball was included in the programme of the Olympic Games. For a long time American sportsmen were the only Olympic champions. But in 1972 in Munich the team of our country for the first time became the Olympic champions after they had won the final game.

In Russia basketball is played everywhere: at schools, universities and sports clubs. Many famous sportsmen became masters in basketball and won many games in the national and international championships.

There are many rules that govern the game, and people say that it is easier to learn to play basketball than to understand it. A basketball team consists of five players.

Notes:

guests - гости
Munich – г. Мюнхен
to govern – руководить, управлять

WINTER SPORTS

With snow covering European Russia for six or seven months of the year, and parts of Siberia all the year round, winter games naturally played an important part in organized winter recreation. During that part of the year, yacht clubs not infrequently turned themselves into ice-skating organizations. In effect, the first skating club arose in the capital in 1864. Somewhat later, the Society of the Amateur Skaters sent its members abroad to take part in competitions and, in 1883, A.P. Lebedev won the unofficial world figure-skating title in Helsinki - the first Russian success in international competitions. When the official world championships were inaugurated, Lebedev won the men's title in 1890. A member of the same society, Alexander Panshin, won the Austrian Speed Skating Club. A month later, he won the first ever Russian speed-skating tournament, held in Moscow.

In the first decade of the 20th century, the great Russian figure-skater Nikolai Panin dominated Russian, European and world figure-skating and won a gold medal at the 1908 London Olympic Games. In speed-skating too, Russians continued to do well internationally. In 1910 and 1911, Nikolai Strunnikov won European and world titles and set a world record that remained unsurpassed for 17 years. The following year, however, he left the sport in protest against the parsimonious attitude of the Russian authorities, having been refused financial support for his journeys to compete abroad. His vacant European title was won in 1913 by Vasily Ippolitov.

THE OLYMPIC GAMES

For months before the Olympic Games, runners relay the Olympic Flame from Olympia to the opening ceremony. The Olympic Games, or Olympics, are an international multi-sport event taking place every fourth year. Originally held in ancient Greece, they were revived by a French nobleman, Pierre Fredy, Baron de Coubertin in the late 19th century.

Summer Olympics, have been held every fourth year since 1896, with the exception of the years during the World Wars.

In 2004, the Olympics returned to their ancient home in Greece for the

XXVIII Olympiad. The Olympic Winter Games were established in 1924. Originally these were held in the same year as the Summer Olympics, but starting with 1994 the Winter Games are in between, two years after the Games of the Olympiad. The origin of the ancient Olympic Games has been lost. 776 BC was not certainly the first time they were held.

From that moment on, the Games slowly became more important throughout ancient Greece. The Games were held every four years, and the period between two celebrations became known as an Olympiad. The Greeks used Olympiads as one of their methods to count years. The most famous Olympic athlete lived in these times: the sixth century BC wrestler Milo of Croton is the only athlete in history to win a victory in six Olympics.

Notes:

multi-sport event – соревнование по летним видам спорта

nobleman - аристократ

with the exception – за исключением

Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций.

Показатели	Критерии оценивания	Средства оценивания
УК-1 - способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий УК-4 - способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном (ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия УК-5 - способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.		
Знания (знать): <i>Пороговый уровень</i>	- грамматику и лексику английского языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера - основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - правила реферирования и аннотирования текстов по теме	Устные грамматические тесты; опрос чтения и перевода текстов; диалоги, беседа, пересказ, дискуссия, аннотирование, реферирование текстов.
Умения (уметь): <i>Продвинутый уровень</i>	- устанавливать письменный и устный контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; - излагать свои мысли в письменной и устной формах на иностранном языке для решения задач профессиональной деятельности;	Устные грамматические тесты; опрос чтения и перевода текстов; диалоги, беседа, пересказ, дискуссия, аннотирование, реферирование текстов.

	- вести диалог по пройденной тематике; - дискутировать по темам. - аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык	
Навыки (владеть): Высокий уровень	- коммуникации в устной и письменной формах по пройденной тематике; - навыков анализа прочитанного материала и использования творческого потенциала. - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия)-устанавливать письменный и устный контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; - излагать свои мысли в письменной и устной формах на иностранном языке для решения задач профессиональной деятельности; - вести диалог по пройденной тематике; - дискутировать по темам. - аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык	Устные грамматические тесты; опрос чтения и перевода текстов; диалоги, беседа, пересказ, дискуссия, аннотирование, реферирование текстов.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Дроздова Н.П. Физическая культура и спорт в англоязычных странах. Методические рекомендации по английскому языку для магистрантов СГАФКСТ. 2-ое изд., перераб. и испр. / Н.П. Дроздова, Л.А. Филатова. – Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2019. – 23 с.
2. Дроздова Н.П. Спорт в Соединенных Штатах Америки. Учебное пособие по английскому языку/ Н.П. Дроздова, Л.А. Филатова. – Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2017. – 21с.
3. Практическая грамматика английского языка: учебно-методическое пособие «Практическая грамматика английского языка» для студентов 1-2 курсов факультета физической культуры, спорта и оздоровительных

технологий по направлениям подготовки 49.03.04 «Спорт» 49.03.01 «Физическая культура»: [16+] / авт.-сост. П. Е. Багновская, И. В. Дашдамирова; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 80 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730272> (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный. 4. Дроздова Н.П. Словообразование в спортивной лексике. Методические рекомендации для студентов СГАФКСТ. 2-ое изд., перераб. и испр. / Н.П. Дроздова, Л.А. Филатова. – Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2021. – 11 с. <https://rucont.ru/efd/785550>

5. Адаптированные аутентичные тексты по специальности.

Дополнительная:

1. Мюллер В.К. Англо-русский, русско-английский словарь / В.К. Мюллер. – М.: «Ладком», 2017. – 608 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система НЦР «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/>
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://elibrary.ru/>
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

Справочно-информационные системы:

1. «КонсультантПлюс» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru>
2. «Гарант» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: <http://www.garant.ru>

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. The Essential Guide to Sports Vocabulary.[Электронный ресурс].- Режим доступа: www.fluentu.com.
2. Sports Vocabulary[Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.thoughtco.com>sports-vocabulary>
3. Learning English – Talking Sport – BBC [Электронный ресурс].- Режим доступа: www.bc.co.uk>worldservice>talkingsport
4. Learn English For Your Career in Sports – Kaplan International [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.kaplaninternational.com>

10. Методические указания для обучающихся по усвоению дисциплины

Все магистранты обязаны пользоваться повторяемым на занятиях грамматическим материалом, иметь словарь с самостоятельно выписанными словами по изучаемым темам.

Магистрант переводит тексты, пользуясь словарем, и записывает все незнакомые слова с транскрипцией и переводом в словарь. При ответе в аудитории магистрант читает и переводит текст, пользуясь записанным словарем.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение дисциплины «Иностранный язык»:- три персональных компьютера; ноутбук; класс с мультимедийной установкой; электронные таблицы по английскому языку.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Аудитория № 305 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung300E5A, проектор inFocusIN122a (стационарный), интерактивная доска с антибликовым покрытием, интерактивное устройство VirtualInkMimioXiinteractive, акустические колонки GeniusSP-205B.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
2.	Аудитория № 316 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 30; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная.	-//-

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
	аттестации		

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
3.	Аудитория № 317 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 16; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная.	-//-
4.	Аудитория № 318а - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 24; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трехэлементная.	-//-
5.	Аудитория № 318 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 18; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная.	-//-

Лицензионное программное обеспечение дисциплины

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 10
Заведующая кафедрой
Писаренкова Е.П. Писаренкова

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной
работе и молодежной политике
Мазурина А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**«ОБЩАЯ ТЕОРИЯ СПОРТА И ТЕХНОЛОГИЯ ПОДГОТОВКИ
СПОРТСМЕНОВ»**

Основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки **49.04.03 «Спорт»**

***Направленность (профиль программы): Спортивная психология.
Управление психологической подготовкой в сфере спорта***

Уровень образования: магистратура
Форма обучения: заочная
Курс - 2 - 3
Семестр – 3, 4, 5
Промежуточная форма контроля - зачет
Итоговая форма контроля – экзамен

Рабочую программу разработал:
к.п.н., доцент Дубинин Г.В.

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО	3
2. Результаты обучения по дисциплине	4
3. Место дисциплины в структуре ООП	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы.....	6
5. Содержание дисциплины	7
5.1. Количество часов по видам занятий	7
5.2. Содержание дисциплины.....	10
5.2.1. Содержание лекционных занятий.....	10
5.2.2. Содержание практических занятий.....	12
6. Самостоятельная работа магистрантов.....	20
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	25
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	25
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы.....	29
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля.....	29
7.2.2. Тестовые задания.....	29
7.2.3. Вопросы к экзамену	35
8. Перечень литературы.....	37
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети internet, необходимый для освоения дисциплины «Особенности подготовки квалифицированных спортсменов в индивидуальных видах спорта».....	38
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины..	39
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины	42
12. Лицензионное программное обеспечение дисциплины	46

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования поколения 3++ по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947, зарегистрировано в Минюсте РФ 16 октября 2017 г. регистрационный № 48567; Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки»

Область профессиональной деятельности магистров:

01 Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

Выпускники могут осуществлять профессиональную деятельность в других областях профессиональной деятельности и (или) сферах профессиональной деятельности при условии соответствия уровня их образования и полученных компетенций требованиям к квалификации работника.

Виды профессиональной деятельности, к которым готовиться магистр:

тренерский;

аналитический;

организационно-управленческий;

научно-исследовательский.

В результате освоения программы бакалавриата у выпускника должны быть сформированы компетенции:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий

УК-2. Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.

ОПК-1. Способен планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта.

ОПК-3. Способен проводить групповые и индивидуальные тренировки с высококвалифицированными спортсменами, соответствующие специфике соревновательной деятельности.

ОПК-11. Способен осуществлять методическое сопровождение спорта высших достижений

ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена.

ПК-3.Способен разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной, соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий.

ПК-5 Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированности определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать – спектр методов анализа и систематизации научно-методической информации для определения приоритетов в подготовке спортсменов, оценки эффективности принятых организационно-управленческих решений; Умеет: - проводить анализ и представлять интегративную информацию по вопросам развития подготовки спортивного резерва и спорта высших достижений на местном и региональном уровне Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы	Т (Е/01.6; С/03.6; Н/03.7) РО (Е/04.7)	УК - 1
Знать - законодательство Российской Федерации, регламентирующее деятельность в области физической культуры и спорта, Концепцию подготовки спортивного резерва в Российской Федерации; Умеет: - определять состав, функции и порядок взаимодействия лиц, участвующих в подготовке спортивной сборной команды; Имеет опыт - составления комплексной программы подготовки спортивной сборной команды	Т(Н/01.7;Н02.7; J/01.7;J/02.7)	УК - 2
Знать - общие положения технологии планирования подготовительной и соревновательной деятельности спортсменов; Уметь - проводить целеполагание и разрабатывать стратегию подготовки к соревнованиям;	Т (Н/01.7; Н 02.7; J /01.7;J/02.7)	ОПК-1

Иметь опыт - составления индивидуальных сводных перспективных, этапных, текущих планов подготовки и календаря соревнований квалифицированных спортсменов.		
Знать - оправданные величины тренировочных и соревновательных нагрузок, достигнутые в спорте на различных стадиях и этапах многолетней тренировки, в том числе предельные тренировочные нагрузки	Т (Н/01.7; Н 02.7; J /01.7;J/02.7)	ОПК-3.
Уметь - проводить тренировки в рамках структуры годичного цикла на основе комплексной программы подготовки		
Иметь опыт - проведения различных видов тренировочных занятий (фрагментов) по ИВС с квалифицированными спортсменами.		
Знать - современные технологии методического сопровождения спорта высших достижений.	Т (Н/01.7; Н 02.7; J /01.7;J/02.7)	ОПК-11
Уметь - разрабатывать программы методического сопровождения спорта высших достижений.		
Иметь опыт - реализует современное научно – методическое обеспечение тренировочного процесса сборных команд.		
Знать - содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине)	Т (Н/01.7; Н 02.7; J /01.7;J/02.7)	ПК-1
Уметь - выявлять уровень подготовки, потенциал, психофизические и волевые качества кандидата на зачисление в резерв спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации		
Иметь опыт - корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена		
Знать - содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки	Т(Н/01.7; Н 02.7; J /01.7;J/02.7)	ПК-3
Уметь - обеспечивать выполнение индивидуальных и групповых планов тренировок		
Иметь опыт - разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной, соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий.		
Знать - содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки	Т (Н/01.7; Н 02.7; J /01.7;J/02.7)	ПК-5

Уметь - обеспечивать выполнение индивидуальных и групповых планов тренировок		
Иметь опыт - овладеет технологиями диагностики и коррекции функционального и психического состояния спортсменов для решения профессиональных задач.		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов» относится к обязательной части 1 Блока дисциплин основной образовательной программы (Б1.О.07). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 и 3 курсах в 3, 4, 5 семестрах. Промежуточная форма контроля: зачет, итоговая форма контроля: экзамен.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания и навыки магистров последующим дисциплинам: «Введение в спортивную психологию», «Информационные технологии в практике спорта», «Олимпийский и профессиональный спорт: тенденции и особенности формирования», «Психологическое сопровождение спортивной деятельности», «Психофизиология спортивной деятельности», «Информационные технологии в практике спорта», «Научно-исследовательская работа».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 8 зачетных единиц (288 часа). Дисциплина содержит 4 взаимосвязанных модуля, изучаемых в отдельном семестре.

Вид учебной работы	Всего часов	семестры		
		3	4	5
Контактная работа преподавателя с обучающимися	42	14	14	14
Лекции (% от числа аудиторных занятий)	6 (14%)	2(14%)	2(14%)	2(14 %)
Семинары	6	2	2	2
Практические занятия				
Методические занятия	30	10	10	10
Промежуточная аттестация (зачет)	8	4	4	
Итоговая аттестация (экзамен)	9			9

Самостоятельная работа		229	60	66	103
Общая трудоемкость	часы	288	78	84	126
	ЗЕ	8	2,2	2,3	3,5

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

№ п/п	Наименование тем и разделов	Всего часов	Лекци и	Семи нарск ие занят ия	Практ. и метод. заняти я	Самос тояте льная
Модуль 1. Общая характеристика спорта						
1.1.	Общая теория спорта как наука и учебная дисциплина	6			2	4
1.2.	История формирования и методологические основы общей теории спорта	4				4
1.3.	Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта.	6				6
1.4.	Социальные функции спорта.	4				4
1.5.	Основные направления в развитии спортивного движения	4				4
	Всего	24			2	24
Модуль 2 Основы спортивной тренировки						
2.1.	Система подготовки спортсмена	10			2	8
2.2.	Принципы, регламентирующие спортивную подготовку	10			2	8
2.3.	Средства и методы спортивной тренировки	12	2	2		8

2.4.	Основные закономерности изменения тренированности спортсменов	8			2	6
2.5.	Тренировочные и соревновательные нагрузки	10			2	8
	Промежуточная аттестация (зачет)	4				
	Всего	78	2	2	10	60
Модуль 3. Тенденции совершенствования спортивной подготовки квалифицированных спортсменов						
3.1.	Современные подходы к совершенствованию спортивного мастерства квалифицированных спортсменов в годичных тренировочных циклах	10			2	8
3.2.	Соревнования в системе спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.	10			2	8
3.3.	Многолетняя подготовка квалифицированных спортсменов	10	2*	2		6
3.4.	Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами	10			2	8
3.5.	Моделирование соревновательной деятельности у квалифицированных спортсменов	10			2	8
3.6.	Особенности технического и тактического мастерства квалифицированных спортсменов в индивидуальных видах спорта	12			2	10
3.7.	Тренировка элитных спортсменов	10			2	8

3.8.	Восстановительные мероприятия у квалифицированных спортсменов	12			2	10
	зачет	4				
	ВСЕГО ЧАСОВ	84	2	2	10	66
	Примечание * - занятия проводятся в интерактивных формах					
Модуль 4. Научно-методические аспекты организации подготовки квалифицированных спортсменов						
4.1	Проблемы определения понятий «Спортивная тактика» и «Тактической подготовки»	14	2	2		10
4.2	Механизмы реализации тактического действия	14			2	12
4.3	Специальные тактические умения, основанные на двигательных реакциях и степени готовности спортсмена к реализации основного соревновательного упражнения	13			2	11
4.4	Нетрадиционные взгляды на спортивную технику и техническую подготовку	14			2	12
4.5	Нетрадиционные взгляды на психологическую подготовку в спорте	14			2	12
4.6	Современные взгляды на взаимосвязь видов подготовки	12				12
4.7	Комплексный контроль видов подготовленности спортсменов.	14			2	12
4.8	Управление тренировочным процессом в различных видах спорта	12				12
4.9	Тренерская философия	10				10
	Экзамен	9				
	ВСЕГО ЧАСОВ	126	2	2	10	103
Примечание * - занятия, проводимые в интерактивной форме						

5.2. Содержание дисциплины

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Модуль 1. Общая характеристика спорта

Тема 1.4. Социальные функции спорта.

Лекция – 2 часа

Основные функции и функциональные связи спорта в системе социальных явлений. Основа функциональной специфики спорта. Профилирующие направления и разделы в социальной практике спорта; их особенности и взаимосвязи

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о принципах здоровой жизненной и профессиональной философии, основные научные школы, направления, концепции, источники знания и приемы работы с ними, **умений** самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях для применения их в процессе установления отношений между людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов, **опыта** прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере спорта и **формирование компетенций:** УК-1; УК - 2; ОПК-11.

Модуль 2 Основы спортивной тренировки

Тема 2.3. Средства и методы спортивной тренировки

Лекция – 2 часа

Физические упражнения как специфические средства спортивной тренировки. Классификация физических упражнений. Методы строго регламентированного упражнения. Игровой метод. Соревновательный метод. Методы словесного воздействия. Методы наглядного воздействия.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о средствах и методах построения различных программ подготовки, **умений** обеспечить оптимальное соотношение нагрузок различной направленности в программах подготовки, **опыта** обеспечить комплекс организационно – методических мероприятий при реализации программ постсоревновательной подготовки и **формирование компетенций:** УК-1; УК - 2; ОПК-1; ОПК-3; ПК-1.

Тема 2.5. Тренировочные и соревновательные нагрузки

Лекция – 2 часа

Нагрузка в спортивной тренировке. Внутренняя и внешняя сторона нагрузки. Соотношение объема и интенсивности нагрузки. Отдых как средство спортивной тренировки.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о содержании и соотношении объемов тренировочного процесса по видам подготовки на

этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине), **уметь**-выявлять уровень подготовки, потенциал, психофизические и волевые качества кандидата на зачисление в резерв спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации, **опыта** корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена и **формирование компетенций**: УК- 2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Модуль 3. Тенденции совершенствования спортивной подготовки квалифицированных спортсменов

Тема 3.3. Многолетняя подготовка квалифицированных спортсменов.
Лекция – 2 часа.

Цели и задачи спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства. Особенности спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства. Тренерские кадры, контингент спортсменов, условия тренировки и материальное обеспечение.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о содержании и соотношении объемов тренировочного процесса по видам подготовки, **умений** обеспечивать выполнение индивидуальных и групповых планов тренировок, **опыта** корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена и **формирование компетенций**: УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Модуль 4. Научно-методические аспекты организации подготовки квалифицированных спортсменов

Тема 4.1. Проблемы определения понятий «Спортивная тактика» и «Тактической подготовки»

Лекция (2 часа)

Информационное поле в тактической деятельности спортсмена. Источники получения информации. Специальные умения, основанные на познавательных психических процессах – получать информацию, накапливать и анализировать ее, принимать решения, направленные на оптимизацию основного соревновательного упражнения. Виды тактики. Средства тактической подготовки и реализации в соревнованиях.

Литература: 2, 3, 13.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта, **умений** обеспечивать средства и методы тактической подготовки в индивидуальных видах спорта, **опыта** применения актуальных технологий

управления состоянием спортсмена и **формирование компетенций:** УК-1; ОПК-1; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

5.2.2. Содержание практических занятий

Модуль 1. Общая характеристика спорта

Тема 1.1. Общая теория спорта как наука и учебная дисциплина

Методическое занятие – 2 часа

Предмет и содержание общей теории спорта. Цели и задачи дисциплины. Формирование теории спорта. Современная проблематика и методологические аспекты общей теории спорта.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о принципах здоровой жизненной и профессиональной философии, основные научные школы, направления, концепции, источники знания и приемы работы с ними, **умений** самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях для применения их в процессе установления отношений между людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов, **опыта** прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры и **формирование компетенций:** УК-1; УК - 2; ОПК-11.

Модуль 2 Основы спортивной тренировки

Тема 2.1. Система подготовки спортсмена

Методическое занятие – 2 часа

Спортивная тренировка. Соревнования в системе подготовки спортсменов. Факторы, дополняющие тренировку и состязания и оптимизирующие их эффект

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах законодательства в сфере физической культуры и спорта, **умений** самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях для применения их в процессе установления отношений между людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов, **опыта** разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной, соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий и **формирование компетенций:** УК-1; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 2.2. Принципы, регламентирующие спортивную подготовку

Методическое занятие – 2 часа

Общие социальные принципы. Общеметодические принципы. Специфические принципы спортивной тренировки.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о принципах здоровой жизненной и профессиональной философии, основные научные

школы, направления, концепции, источники знания и приемы работы с ними, **умений** самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях для применения их в процессе установления отношений между людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов, **опыта** прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры и **формирование компетенций**: УК-1; ОПК-11; ПК-5.

Тема 2.3. Средства и методы спортивной тренировки

Семинарское занятие – 2 часа

Физические упражнения как специфические средства спортивной тренировки. Классификация физических упражнений. Методы строго регламентированного упражнения. Игровой метод. Соревновательный метод. Методы словесного воздействия. Методы наглядного воздействия.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о средствах и методах построения различных программ подготовки, **умений** обеспечить оптимальное соотношение нагрузок различной направленности в программах подготовки, **опыта** обеспечить комплекс организационно – методических мероприятий при реализации программ постсоревновательной подготовки и **формирование компетенций**: УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 2.4. Основные закономерности изменения тренированности спортсменов

Методическое занятие – 2 часа

Адаптация в спортивной тренировке. Утомление и восстановление при мышечной деятельности.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о проблемах оценки состояния спортсмена в тренировочном и соревновательном процессах, **умений** планировать тренировочный и соревновательный процесс в соответствии данными объективных показателей функционального и психического состояния спортсмена, **опыта** технологиями диагностики и коррекции функционального и психического состояния спортсменов для решения профессиональных задач и **формирование компетенций**: УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 2.5. Тренировочные и соревновательные нагрузки

Методическое занятие – 2 часа

Нагрузка в спортивной тренировке. Внутренняя и внешняя сторона нагрузки. Соотношение объема и интенсивности нагрузки. Отдых как средство спортивной тренировки.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о содержании и соотношении объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине), **уметь-** выявлять уровень подготовки, потенциал, психофизические и волевые качества кандидата на зачисление в резерв спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации, **опыта** корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена и **формирование компетенций:** УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Модуль 3. Тенденции совершенствования спортивной подготовки квалифицированных спортсменов

Тема 3.1. Современные подходы к совершенствованию спортивного мастерства квалифицированных спортсменов в годичных тренировочных циклах.

Методическое занятие – 2 часов

Модель тренировочного макроцикла по Л.П. Матвееву («равномерно-волнообразная»). Модель тренировочного макроцикла по Ю.В. Верхошанскому («блочная»). Модель тренировочного макроцикла по А.П. Бондарчуку («равномерно-ступенчатая»).

Литература: 1, 2, 6, 7, 8, презентация.

Семинарское занятие - 2 часа

Основные модели планирования тренировочных макроциклов. Традиционная («равномерно-волнообразная») модель тренировочного макроцикла (Л.П. Матвеев). Модель тренировочного макроцикла по Ю.В. Верхошанскому с концентрацией однонаправленных тренирующих воздействий («блочная»). Модель тренировочного макроцикла по А.П. Бондарчуку «равномерно-ступенчатая» (комплексная).

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о содержании и соотношении объемов тренировочного процесса по видам подготовки, **умений** обеспечивать выполнение индивидуальных и групповых планов тренировок, **опыта** корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена и **формирование компетенций:** ОПК – 1; ОПК – 11; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 3.2. Соревнования в системе спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.

Методическое занятие – 2 часа

Система спортивных соревнований у квалифицированных спортсменов. Структура соревновательной деятельности спортсмена в индивидуальных видах спорта.

Литература: 1, 2, 6, 7, 8, презентация.

Тема 3.3. Многолетняя подготовка квалифицированных спортсменов.

Семинарское занятие (в диалоговом режиме) – 2 часа.

Особенности спортивной подготовки в различных звеньях системы физического воспитания (СШ, СШОР, УОР, ЦСП). Планирование (годовое, многолетнее) спортивной подготовки, ее организационные основы. Контроль и коррекция подготовки квалифицированных спортсменов.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о содержании и соотношении объемов тренировочного процесса по видам подготовки, **умений** обеспечивать выполнение индивидуальных и групповых планов тренировок, **опыта** корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена и **формирование компетенций:** УК-2; ОПК-11; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 3.4. Методика тренировки квалифицированных спортсменов

Методическое занятие (мастер-классы специалистов) - 4 часа

Разработка моделей построения макро-, мезо-, микроциклов подготовки в индивидуальных видах спорта. Составление документации планирования учебно-тренировочного сбора.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о порядке составления и ведения учетно-отчетной документации, **умений** использовать методы календарного планирования, **опыта** разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной, соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий и **формирование компетенций:** УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 3.5. Моделирование соревновательной деятельности у квалифицированных спортсменов

Методическое занятие (мастер-классы специалистов) - 4 часа

Планирование предсоревновательной подготовки в индивидуальных видах спорта. Непосредственная подготовка к соревнованиям в индивидуальных видах спорта. Модели соревновательной деятельности в индивидуальных видах спорта.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о содержании и соотношении объемов тренировочного процесса по видам подготовки, **умений** обеспечивать выполнение индивидуальных и групповых планов тренировок, **опыта** обеспечить комплекс организационно – методических мероприятий при реализации программ предсоревновательной, соревновательной подготовки и **формирование компетенций:** УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 3.6. Особенности технического и тактического мастерства в индивидуальных видах спорта

Методическое занятие (мастер-классы специалистов) - 4 часа

Техническая подготовка на этапе высшего спортивного мастерства. Навыки в основной дисциплине вида спорта. Стратегия и тактика соревнования. Тактические варианты в индивидуальных видах спорта. Тактические установки.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о проблемах оценки состояния спортсмена в тренировочном и соревновательном процессах, **умений** обеспечить оптимальное соотношение нагрузок различной направленности в программах подготовки, **опыта** разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена и **формирование компетенций:** УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 3.7. Тренировка элитных спортсменов

Методическое занятие (мастер-классы специалистов) - 2 часа

Особенности физической, технической, интеллектуальной подготовки и образа жизни у спортсменов элитного уровня в индивидуальных видах спорта. Взаимоотношения тренера и спортсмена. Концепция взаимоотношений тренера и спортсмена.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о средствах и методах построения различных программ подготовки, **умений** использовать управленческие модели в организации тренировочного процесса, **опыта** разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена и **формирование компетенций:** УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 3.8. Восстановительные мероприятия квалифицированных спортсменов

Методическое занятие - 2 часа

Педагогические средства восстановления. Стратегия восстановительных мероприятий в индивидуальных видах спорта. Статистика травматизма в индивидуальных видах спорта. Баланс нагрузки и восстановления. Восстановительные тренировки и мероприятия. Средства восстановления. Борьба с допингом в спорте.

Литература: 1, 3, 9, 10, 12, 13, презентация.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о функциональных связях между внешними и внутренними факторами тренировочной нагрузки, **умений** планировать тренировочный и соревновательный процесс в соответствии данными объективных показателей функционального и психического состояния спортсмена, **опыта** владеет технологиями диагностики и коррекции функционального и

психического состояния спортсменов для решения профессиональных задач и **формирование компетенций:** УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Модуль 4. Научно-методические аспекты организации подготовки квалифицированных спортсменов

Тема 4.1. Проблемы определения понятий «Спортивная тактика» и «Тактической подготовки»

Семинарское занятие (2 часа)

Информационное поле в тактической деятельности спортсмена. Источники получения информации. Специальные умения, основанные на познавательных психических процессах – получать информацию, накапливать и анализировать ее, принимать решения, направленные на оптимизацию основного соревновательного упражнения. Виды тактики. Средства тактической подготовки и реализации в соревнованиях.

Литература: 2, 3, 13.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта, **умений** обеспечивать средства и методы тактической подготовки в индивидуальных видах спорта, **опыта** применения актуальных технологий управления состоянием спортсмена и **формирование компетенций:** УК-1; ОПК-1; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 4.2. Механизмы реализации тактического действия

Методическое занятие: (2 часа)

Структурные единицы тактического действия и их характеристика. Восприятие информационного сигнала. Анализ информации. Принятие решения. Реализация действия. Моделирование тактических действий в учебном процессе.

Литература: 3, 4, 14.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о средствах и методах построения различных программ подготовки, **умений** использовать управленческие модели в организации тренировочного процесса, **опыта** разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена и **формирование компетенций:** УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 4.3. Специальные тактические умения, основанные на двигательных реакциях и степени готовности спортсмена к реализации основного соревновательного упражнения

Методическое занятие: (2 часа)

Понятия о разновидностях двигательных реакций. Их структура функционирования. Действия обусловленные, с выбором, переключением, предвосхищением. Проблема выбора альтернативного движения. Вопросы антиципации. Понятия о степени готовности спортсмена к выполнению

соревновательного действия. Преднамеренные, экспромтные, преднамеренно-экспромтные действия.

Литература: 3, 4, 14.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта, **умений** обеспечивать средства и методы тактической подготовки в индивидуальных видах спорта, **опыта** применения актуальных технологий управления состоянием спортсмена и **формирование компетенций**: УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 4.4. Нетрадиционные взгляды на спортивную технику и техническую подготовку

Методическое занятие (2 часа)

Проблема определения техники. Стабильная, вариативная и стабильно-вариативная техника. Характеристики технического приема. Формирование техники основного соревновательного упражнения в процессе становления спортивного мастерства.

Литература: 4, 14

Изучение темы направлено на приобретение знаний о средствах и методах построения различных программ подготовки, **умений** использовать управленческие модели в организации тренировочного процесса, **опыта** разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена и **формирование компетенций**: УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 4.5. Нетрадиционные взгляды на психологическую подготовку в спорте

Методическое занятие (2 часа)

Проблемы: развития когнитивной сферы спортсмена; воспитания личностных качеств занимающихся в спортивном коллективе; формирования команды в индивидуальных видах спорта и др.. Психодиагностика. Психопрогностика. Психопрофилактика. Психорегуляция.

Литература: 2, 15

Изучение темы направлено на приобретение знаний о средствах и методах построения различных программ подготовки, **умений** использовать управленческие модели в организации тренировочного процесса, **опыта** разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена и **формирование компетенций**: УК-2; ПК-11; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 4.6. Современные взгляды на взаимосвязь видов подготовки

Методическое занятие (2 часа)

Характеристика тесной взаимосвязи видов подготовки. Место отдельных видов подготовки спортсменов в многолетней тренировке. Интегративные (комплексные) виды подготовки. Соревновательная

подготовка.

Литература: 2, 15

Изучение темы направлено на приобретение знаний о средствах и методах построения различных программ подготовки, **умений** использовать управленческие модели в организации тренировочного процесса, **опыта** разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена и **формирование компетенций**: УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 4.7. Комплексный контроль видов подготовленности спортсменов

Методическое занятие (2 часа).

Организация контроля отдельных сторон подготовленности спортсмена – ОФП, СФП, теоретической, психологической, технической, тактической. Основные достоинства контроля соревновательной деятельности. Виды контроля. Объекты контроля. Формы представления итогов контроля. Интерпретация полученных результатов. Внедрение результатов контроля в практику подготовки спортсменов.

Литература: 4, 14.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ теории и методики спортивной тренировки в индивидуальных видах спорта, **умений** обеспечивать средства и методы комплексного контроля в индивидуальных видах спорта, **опыта** применения актуальных технологий управления состоянием спортсмена и **формирование компетенций**: УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 4.8. Управление тренировочным процессом в видах спорта

Методическое занятие (2 часа) Литература: 1, 4, 14.

Спортивная тренировка как управляемый процесс. Этапное управление тренировочным процессом. Текущее управление тренировочным процессом. Оперативное управление тренировочным процессом. Управление тренировочным процессом как процесс принятия решения. Алгоритм управления тренировочным процессом.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о средствах и методах построения различных программ подготовки, **умений** использовать управленческие модели в организации тренировочного процесса, **опыта** разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена и **формирование компетенций**: УК-2; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

Тема 4.9. Тренерская философия

Методическое занятие (2 часа)

Понятийный аппарат. Роли тренера. Развитие тренерской философии. Философия и стиль работы тренера. Взаимоотношения между тренером и спортсменом. Допинг в индивидуальных видах спорта.

Литература: 1, 4, 14.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ теории и методики спортивной тренировки в индивидуальных видах спорта, **умений** обеспечивать средства и методы комплексного контроля в индивидуальных видах спорта, **опыта** применения актуальных технологий управления состоянием спортсмена и **формирование компетенций:** УК-1; ПК-1; ПК-3; ПК-5.

6. Самостоятельная работа магистрантов

№ п/п	Содержание работы. Темы занятий.	Количество часов	Формы и виды контроля
Модуль 1. Общая характеристика спорта			
1.1.	Общая теория спорта как наука и учебная дисциплина	4	Опрос
1.2.	История формирования и методологические основы общей теории спорта	4	Опрос
1.3.	Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта.	6	Защита сообщений или презентаций
1.4.	Социальные функции спорта.	4	Опрос
1.5.	Основные направления в развитии спортивного движения	4	Реферат
	Итого	22	
Модуль 2 Основы спортивной тренировки			
2.1.	Система подготовки спортсмена	8	Защита сообщений или презентаций
2.2.	Принципы, регламентирующие спортивную подготовку	8	Устный опрос
2.3.	Средства и методы спортивной тренировки	8	Защита сообщений или презентаций
2.4.	Основные закономерности изменения тренированности спортсменов	6	Устный опрос
2.5.	Тренировочные и соревновательные нагрузки	8	Реферат
	Итого	38	
Модуль 3. Тенденции совершенствования спортивной подготовки			

квалифицированных спортсменов			
3.1.	Современные подходы к совершенствованию спортивного мастерства квалифицированных спортсменов в годичных тренировочных циклах	7	Устный опрос
3.2.	Соревнования в системе спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.	6	Защита сообщений или презентаций
3.3.	Многолетняя подготовка квалифицированных спортсменов	4	Устный опрос
3.4.	Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами	6	Реферат
3.5.	Моделирование соревновательной деятельности у квалифицированных спортсменов	4	Защита сообщений или презентаций
3.6.	Особенности технического и тактического мастерства квалифицированных спортсменов в индивидуальных видах спорта	6	Устный опрос
3.7.	Тренировка элитных спортсменов	4	Защита сообщений или презентаций
3.8.	Восстановительные мероприятия у квалифицированных спортсменов	6	Защита сообщений или презентаций
	Итого	42	
Модуль 4. Научно-методические аспекты организации подготовки квалифицированных спортсменов			
4.1.	Проблемы определения понятий «Спортивная тактика» и «Тактической подготовки»	10	Опрос на занятии
4.2.	Механизмы реализации тактического действия	12	Подготовка реферата
4.3.	Специальные тактические умения, основанные на двигательных реакциях и степени готовности спортсмена к реализации основного соревновательного упражнения	11	Составить план тактической подготовки

4.4	Нетрадиционные взгляды на спортивную технику и техническую подготовку	12	Подготовка информации по заданию преподавателя на стенды спортшколы
4.5	Нетрадиционные взгляды на психологическую подготовку в спорте	12	Проведение контроля соревновательной деятельности юных спортсменов с представлением итогового протокола
4.6	Современные взгляды на взаимосвязь видов подготовки	12	Подготовка положения о соревнованиях
4.7	Комплексный контроль видов подготовленности спортсменов.	12	реферат
4.8	Управление тренировочным процессом в индивидуальных видах спорта	12	Защита сообщений или презентаций
4.9	Тренерская философия	10	Устный опрос
	ИТОГО	103	

Примерная тематика рефератов

Модуль 1

1. Основные направления в развитии циклических видах спорта.
2. Основные направления в развитии ациклических видах спорта.
3. Основные направления в развитии игровых видов спорта.
4. Основные направления в развитии сложно-координационных видах спорта.
5. Основные направления в развитии в многоборьях.
6. Основные направления в развитии в лыжных гонках.
7. Основные направления в развитии в биатлоне.
8. Основные направления в развитии в спортивном ориентировании.
9. Основные направления в развитии в футболе.
10. Основные направления в развитии в волейболе.
11. Основные направления в развитии в баскетболе.
12. Основные направления в развитии в теннисе.
13. Основные направления в развитии в плавании.

14. Основные направления в развитии в велогонках.
15. Основные направления в развитии в конных видах спорта.

Модуль 2

1. Тренировочные и соревновательные нагрузки в циклических видах спорта.
2. Тренировочные и соревновательные нагрузки в ациклических видах спорта.
3. Тренировочные и соревновательные нагрузки в игровых видах спорта.
4. Тренировочные и соревновательные нагрузки в сложно-координационных видах спорта.
5. Тренировочные и соревновательные нагрузки в беговых видах легкой атлетики.
6. Тренировочные и соревновательные нагрузки в многоборьях.
7. Тренировочные и соревновательные нагрузки в лыжных гонках.
8. Тренировочные и соревновательные нагрузки в биатлоне.
9. Тренировочные и соревновательные нагрузки в спортивном ориентировании.
10. Тренировочные и соревновательные нагрузки в футболе.
11. Тренировочные и соревновательные нагрузки в волейболе.
12. Тренировочные и соревновательные нагрузки в баскетболе.
13. Тренировочные и соревновательные нагрузки в теннисе.
14. Тренировочные и соревновательные нагрузки в плавании.
15. Тренировочные и соревновательные нагрузки в велогонках.
16. Тренировочные и соревновательные нагрузки в конных видах спорта.

Модуль 3

1. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в циклических видах спорта.
2. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в ациклических видах спорта.
3. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в игровых видах спорта.
4. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в сложно-координационных видах спорта.
5. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в беговых видах легкой атлетики.
6. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в легкоатлетических прыжках.
7. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в легкоатлетических метаниях.
8. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в многоборьях.
9. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в лыжных гонках.

10. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в биатлоне.
11. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в спортивном ориентировании.
12. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в футболе.
13. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в волейболе.
14. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в баскетболе.
15. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в теннисе.
16. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в плавании.
17. Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными спортсменами в велогонках.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения
дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
<u>УК-1.</u> Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	<u>ПС «Тренер»</u> Н/01.7 Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) Н 02.7 Учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) Л/01.7 Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине) Л/02.7 Совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине)	<u>Знает:</u> – принципы здоровой жизненной и профессиональной философии, основные научные школы, направления, концепции, источники знания и приемы работы с ними; – правила определения понятий, классификацию и систематизацию как логические понятия. <u>Умеет:</u> – оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления; – самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях для применения их в процессе установления отношений между людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов; <u>Имеет опыт:</u> – прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры.
<u>УК-2.</u> Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	<u>ПС «Тренер»</u> Н/01.7 Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) Н 02.7 Учет и анализ спортивных результатов,	<u>Знает:</u> <u>Методы корректировки индивидуальных планов спортсменов (команды);</u> Методики календарного планирования ; Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапах

	достигнутых спортивной сборной командой субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/01.7 Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/02.7 Совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине)	совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине) <u>Умеет:</u> Ставить цели и определять задачи тренерской работы исходя из целей и задач спортивной сборной команды ; Выявлять и обосновывать достоинства и недостатки новейших методики осуществления тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации ; Повышать спортивную мотивацию и волю к победе спортсмена - участника спортивных соревнований. <u>Иметь опыт:</u> - срочного, оперативного и текущего контроля состояния спортсмена – разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена
<u>ОПК-1.</u> Способен планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта.	<u>ПС «Тренер»</u> H/01.7 Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	<u>Знает:</u> Методы корректировки индивидуальных планов спортсменов (команды); Методики календарного планирования; <u>Умеет:</u> Ставить цели и определять задачи тренерской работы исходя из целей и задач спортивной сборной команды ; <u>Иметь опыт:</u> разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена
<u>ОПК-3.</u> Способен проводить групповые и индивидуальные тренировки	<u>ПС «Тренер»</u> J/01.7 Осуществление тренировочного процесса со спортсменами	<u>Знает:</u> <u>Умеет:</u> Обеспечивать выполнение индивидуальных и

высококвалифицированными спортсменами, соответствующие специфике соревновательной деятельности.	спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/02.7 Совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине)	групповых планов тренировок; Повышать спортивную мотивацию и волю к победе спортсмена - участника спортивных соревнований <u>Иметь опыт:</u> срочного, оперативного и текущего контроля состояния спортсмена разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена
<u>ОПК-11.</u> Способен осуществлять методическое сопровождение спорта высших достижений	ПС «Тренер» G/02.7 Оказание экспертной и методической помощи по вопросам своей компетенции	<u>Знает:</u> современные технологии методического сопровождения спорта высших достижений. <u>Умеет:</u> разрабатывать программы методического сопровождения спорта высших достижений. <u>Иметь опыт:</u> реализует современное научно – методическое обеспечение тренировочного процесса сборных команд.
<u>ПК-1.</u> Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена.	ПС «Тренер» H/01.7 Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) H/02.7 Учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/01.7 Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной	<u>Знает:</u> о функциональных связях между внешними и внутренними факторами тренировочной нагрузки <u>Умеет:</u> использовать управленческие модели в организации тренировочного процесса <u>Иметь опыт:</u> срочного, оперативного и текущего контроля состояния спортсмена разрабатывать тренировочные и соревновательные модели состояния спортсмена

	дисциплине) J/02.7 Совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине)	
<u>ПК-3.</u> Способен разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной, соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий.	<u>ПС «Тренер»</u> H/01.7 Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) H/02.7 Учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/01.7 Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/02.7 Совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине)	<u>Знает:</u> - средства и методы построения различных программ подготовки <u>Умеет:</u> - Обеспечить оптимальное соотношение нагрузок различной направленности в программах подготовки <u>Иметь опыт:</u> – обеспечить комплекс организационно – методических мероприятий при реализации программ постсоревновательной подготовки - разработки и реализации программы учебно – тренировочных сборов
<u>ПК-5.</u> Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач.	<u>ПС «Тренер»</u> H/01.7 Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) H/02.7 Учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой	<u>Знает:</u> -проблемы оценки состояния спортсмена в тренировочном и соревновательном процессах <u>Умеет:</u> Планировать тренировочный и соревновательный процесс в соответствии данными объективных показателей функционального и психического состояния

	субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/01.7 Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине) J/02.7 Совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов спортивной сборной команды РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине)	спортсмена. - Составлять комплексы тестирования основных сторон подготовленности спортсмена. <u>Иметь опыт:</u> - Владеет технологиями диагностики и коррекции функционального и психического состояния спортсменов для решения профессиональных задач.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль осуществляется в виде оценки знаний магистрантов осуществляемого в письменной и/или устной форме, оценки самостоятельной работы студента по заданиям преподавателя, а также в виде тестового опроса.

Промежуточный контроль (зачет) осуществляется в виде оценки знаний студентов в 3-ем, 4-ом и 5-ем семестрах.

Итоговый контроль на 3 курсе в 5 семестре (экзамен) предусматривает проверку теоретических знаний магистрантов.

Экзаменационные требования

В 5 – ом семестре проводится экзамен в форме устного ответа на контрольные вопросы в ходе которого, студент обязан продемонстрировать профессиональные знания и умения, владения пройденным материалом.

7.2.2. Тестовые задания

Модуль 3. Тенденции совершенствования спортивной подготовки квалифицированных спортсменов

Только один правильный вариант ответа!

1. Система подготовки спортсмена включает в себя следующие блоки:

а) блок спортивного питания, блок восстановительных мероприятий, блок психологической подготовки;

- б) систему собственно соревновательной деятельности, систему тренировок;
- в) спорт высших достижений и общедоступный спорт;
- г) систему отбора и спортивной ориентации, спортивной тренировки, систему соревнований, внутренировочные и внесоревновательные факторы оптимизации тренировочного процесса.

2. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений:

- а) индивидуальная одаренность спортсмена и степень желания заниматься спортом;
- б) наличие спортивных сооружений и спортивных залов;
- в) индивидуальная одаренность спортсмена и степень подготовленности к достижению; эффективность системы спортивной подготовки, ее содержание, организация и материально-техническое обеспечение; размах спортивного движения и общие социальные условия его развития;
- г) наличие хорошего тренера.

3. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является...

- а) максимальный фонд двигательных умений и навыков;
- б) наивысший уровень развития физических качеств;
- в) здоровье спортсмена;
- г) наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта.

4. Основными специфическими средствами спортивной тренировки в видах спорта, характеризующихся активной деятельностью, являются:

- а) лекарственные средства;
- б) гигиенические факторы;
- в) физические упражнения;
- г) естественные силы природы.

5. В спорте при проведении комплексного контроля (в подготовке спортсмена) регистрируются показатели:

- а) тренировочной нагрузки;
- б) функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях;
- в) технической, тактической и физической подготовленности;
- г) тренировочных и соревновательных воздействий, функционального состояния и подготовленности спортсмена.

6. Исходя из задач управления подготовкой спортсмена, различают следующие виды контроля:

- а) исходный, рубежный, итоговый;
- б) предварительный, основной, заключительный;
- в) педагогический и медико-биологический;
- г) оперативный, текущий, этапный.

8. В соответствии с фазовым характером протекания процессов адаптации к физическим нагрузкам в теории и практике спорта не выделяют следующую разновидность тренировочного эффекта:

а) срочный; б) отставленный; в) замедленный; г) кумулятивный.

9. Все тренировочные планы должны содержать программу сохранения достигнутого уровня тренированности. Это учитывается принципом:

а) индивидуальности тренировочных нагрузок;

б) специфичности тренировочных нагрузок;

в) прекращения тренировочных нагрузок;

г) прогрессивности перегрузки.

10. Что входит в понятие индивидуализированная система соревнований?

а) рациональная последовательность в распределении соревнований менее высокого и более высокого ранга;

б) охват широкого контингента спортсменов;

в) выделение некоторого минимума обязательных стартов и предоставление возможности варьировать индивидуальные планы остальных выступлений;

г) принципиальная соразмерность между выступлениями в наиболее ответственных соревнованиях.

11. Каковы основные целевые установки в спорте высших достижений?

а) используется для физического совершенствования, укрепления здоровья на основе повышения общей и специальной подготовленности, реализуемых через достижение спортивных результатов;

б) достижение высших спортивных результатов, получающих должное общественное признание, повышающих престиж самого спортсмена и его команды;

в) демонстрация высоких спортивных результатов в длительной серии спортивных соревнований с целью получения материального вознаграждения и повышения собственного престижа и престижа команды;

г) успешное выступление в соревнованиях, максимально повышающих рейтинг спортсмена.

12. Что характеризует спортивную тренировку как педагогический процесс?

а) системное использование средств физической, технической, тактической и психологической подготовки;

б) кадровое обеспечение;

в) научное, медико-биологическое и информационное обеспечение;

г) осуществляется под непосредственным и опосредованным руководством тренера, по определенной программе, в виде обязательных занятий по фиксированному расписанию.

13. Из каких циклов строится подготовка спортсменов?

а) околόμεсячных;

б) физических, эмоциональных и интеллектуальных;

в) микро-, мезо- и макроциклов;

г) лунных и менструальных.

14. Чем характеризуется непрерывность тренировочного процесса?

- а) проведением тренировки без какого-либо перерыва;
- б) повторением тренировок с перерывами, не превышающими одних суток;
- в) наслоением следовых эффектов отдельных тренировочных занятий с целью закрепления и углубления их;
- г) соразмеренным использованием различных средств подготовки.

Модуль 4. Научно-методические аспекты организации подготовки квалифицированных спортсменов и его ближайшего резерва
Пояснительная записка.

Уважаемые студенты! Вашему вниманию предлагаются задания, включающие отдельные вопросы и несколько возможных ответов на каждый из них. Вам необходимо внимательно прочитать вопрос и в бланке ответов поставить любой знак в ячейке соответствующей номеру вопроса (строка) и варианту ответа (колонка), который по Вашему мнению является верным. Будьте, пожалуйста, внимательны и удачи Вам!

Бланк ответов на тесты

Фамилия имя студента _____

Дата заполнения _____ Подпись тестируемого _____

1	Что по Вашему наиболее точно характеризует спортивную тактику?	
	1	Принятие адекватного решения, направленного на оптимизацию основного соревновательного упражнения
	2	Правильное распределение сил на все соревнование
	3	Искусство ведения спортивной борьбы
	4	Способ обыгрыша соперника
2	В структуре тактического действия может быть некоторое количество главных элементов. Какое их количество наиболее полно отражает все возможные варианты?	
	1	Два
	2	Три
	3	Четыре
	4	Пять
3	Какие умения являются формирующей частью тактики?	
	1	Двигательные
	2	Технические
	3	Психологические
	4	Информационные
4	Какая группа специальных умений, основанных на двигательных реакциях сформулирована правильно в ниже приведенных вариантах?	
	1	Действовать, различать переключаться, предвосхищать
	2	Реализовывать, антиципировать, различать, переключаться
	3	Дифференцировать, антиципировать, просто реагировать
	4	Просто реагировать, сложно реагировать

5	Что, на Ваш взгляд, более соответствует правильному пониманию спортивной техники?	
	1	Способ выполнения соревновательного упражнения
	2	Рациональный способ выполнения соревновательного упражнения
	3	Кинематика выполнения соревновательного упражнения
	4	Структура выполнения соревновательного упражнения
6	Кто, по Вашему, должен являться основным заказчиком исследовательской деятельности в сборной команде?	
	1	Руководитель подразделения Минспорта, спорткомитета
	2	Спонсор, выделяющий деньги на проведение работ
	3	Руководитель спортивной организации
	4	Старший тренер команды
7	Что наиболее важно знать, говоря об ошибках, допускаемых спортсменом?	
	1	В чем заключается ошибка
	2	Понимание того, что без исправления ошибки, двигаться вперед в спортивном совершенствовании невозможно
	3	Понимание того, что не всякую ошибку следует исправлять
	4	Понимание того, что ошибка влияет на спортивный результат
8	Взаимосвязь видов подготовки наиболее ярко проявляется в...	
	1	Комплексной тренировке
	2	Соревнованиях
	3	Идеомоторной тренировке
	4	Предсоревновательной подготовке
9	Какой видеосюжет о соревнованиях из ниже перечисленных, позволяет делать объективные выводы о содержательной части специализированных операций, выполняемых спортсменами?	
	1	Ускоренная запись событий, предусматривающая функцию последующего замедленного просмотра
	2	Любая обычная видеосъемка, предусматривающая функцию последующего замедленного просмотра
	3	Запись соревновательного действия с использованием масштабированной линейки на месте происходящих событий
	4	Любая видеосъемка с хорошим разрешением, позволяющим фиксировать отдельные детали соревновательного упражнения
10	Для качественного анализа соревновательной деятельности важно ...	
	1	Знать теорию и методику избранного вида спорта
	2	Иметь «богатый» практический опыт участия в соревнованиях по данному виду спорта
	3	Иметь большой практический опыт подготовки спортсменов по данному виду спорта
	4	Владеть обширной информацией не только в сфере изучаемого

		вида спорта, но и смежных отраслей наук, в частности психологии, физиологии и т.п.
11	Что позволяет дать полномасштабный анализ соревновательной деятельности?	
	1	Уровень технико-тактической подготовленности участвующих спортсменов
	2	Общий уровень подготовленности спортсменов
	3	Комплексную оценку уровня развития вида спорта данной категории спортсменов
	4	Недостатки сформированности основного соревновательного упражнения участников соревнований
12	Какое наиболее точное высказывание можно было бы использовать, говоря о значении проведения показательных выступлений спортсменами спортшколы?	
	1	Практически никакого, для развития спортшколы
	2	Позволяет привлечь инвестиции в спортшколу
	3	Имеет комплексное влияние на все стороны жизнедеятельности спортшколы
	4	Позволяет привлечь большее число занимающихся в спортшколу
13	Какие стороны подготовленности спортсменов можно оценивать при проведении комплексных соревнований?	
	1	Те виды подготовленности спортсменов, которые влияют на конечный результат основного соревновательного упражнения
	2	Комплексную подготовленность спортсменов
	3	Избранные виды подготовленности спортсменов, наиболее значимые для достижения спортивного результата
	4	Любые
14	Какие виды соревнований не бывают?	
	1	Лично-командные
	2	Командно-личные
	3	Комплексные
	4	Универсальные
15	Что обеспечивает наибольшую эффективность деятельности спортивных коллективов?	
	1	Решение всех социально-бытовых проблем работников трудового коллектива
	2	Возможность проявлять безграничное творчество в своей деятельности у каждого работника коллектива
	3	Демократический стиль управления коллективом его руководства
	4	Авторитарный стиль управления коллективом его руководства

Кол-во правильных ответов _____, что составляет _____%.

Итоговая оценка _____

Подпись преподавателя _____ (ФИО)

7.2.3. Вопросы к экзамену

Изучение дисциплины «Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов» завершается устным экзаменом, на котором проверяется усвоение материала.

1. Цели и задачи дисциплины «Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов».
2. Тенденция развития спорта и направления совершенствования системы спортивной подготовки.
3. Динамика объема и интенсивности тренировочной нагрузки на различных этапах годичного макроцикла.
4. Понятие концентрации тренировочной нагрузки на определенных этапах годичного цикла.
5. Блочная система (Ю.В.Верхошанский) построения тренировочного макроцикла в спорте.
6. Использование внутренировочных и внесоревновательных факторов в подготовке квалифицированных спортсменов.
7. Особенности спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства.
8. Контроль и коррекция планирования тренировочного процесса в макроцикле.
9. Этапные, текущие и оперативные обследования в различных видах спорта.
10. Особенности подготовки квалифицированных спортсменов в ЦСП, УОР, ДЮСШ, СШ, СШОР.
11. Планирование и реализация отбора квалифицированных спортсменов в национальную сборную.
12. Особенности построения годичного макроцикла подготовки высококвалифицированных спортсменов по А.П.Бондарчуку (равномерно-последовательная).
13. Особенности построения годичного макроцикла подготовки квалифицированных спортсменов по Л.П.Матвееву (классическая).
14. Организация учебно-тренировочных сборов, их проведение.
15. Особенности тренировочного процесса в различных звеньях системы спортивной подготовки.
16. Многолетняя подготовки квалифицированных спортсменов.
17. Специфика подготовки квалифицированных спортсменов разного пола и возраста.
18. Построение мезоциклов в подготовке квалифицированных спортсменов.

19. Построение микроциклов в подготовке квалифицированных спортсменов.
20. Особенности работы тренера с квалифицированными спортсменами.
21. Соотношение модельных характеристик и индивидуальных особенностей квалифицированных спортсменов.
22. Особенности методики спортивной тренировки в учебно-тренировочных группах различных возрастов.
23. Построение учебно-тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства в Вашем виде спорта.
24. Профилактика травматизма в подготовке квалифицированных спортсменов.
25. Восстановительные мероприятия в подготовке квалифицированных спортсменов.
26. Значение соревнований на этапе высшего спортивного мастерства.
27. Соревнования в системе подготовки квалифицированных спортсменов.
28. Спортивная форма квалифицированных спортсменов.
29. Планирование предсоревновательной подготовки квалифицированных спортсменов.
30. Непосредственная подготовка к соревнованиям квалифицированных спортсменов.
31. Моделирование соревновательной результативности квалифицированных спортсменов.
32. Общая характеристика системы подготовки квалифицированных спортсменов.
33. Система спортивных соревнований квалифицированных спортсменов.
34. Структура соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов.
35. Особенности физической, технической, интеллектуальной подготовки и образа жизни у спортсменов элитного уровня.
36. Стиль работы тренера с квалифицированными спортсменами.
37. Организация взаимодействия команды поддержки квалифицированных спортсменов.
38. Роль спортивного агента квалифицированного спортсмена.
39. Техническая подготовка на этапе высшего спортивного мастерства.
40. Стратегия и тактика соревнований на этапе высшего спортивного мастерства.
41. Тактические варианты выступления в соревнованиях высококвалифицированных спортсменов в Вашем виде спорта.
42. Понятия «Тактика» и «Тактическая подготовка».
43. Виды спортивной тактики.
44. Средства тактической подготовки и их реализация в соревнованиях.
45. Структурные единицы тактического действия и их характеристика.
46. Спортивная техника в Вашем виде спорта.
47. Характеристики технического приема в Вашем виде спорта.
48. Психограмма Вашего вида спорта.

49. Визуализация учебного материала в спортивной подготовке.
50. Характеристика научно-методического сопровождения подготовки сборных команд в Вашем виде спорта.
51. Характеристика и содержание контроля соревновательной деятельности в Вашем виде спорта.
52. Характеристика ошибок в основном соревновательном упражнении в Вашем виде спорта.
53. Характеристика соревнований в Вашем виде спорта.

8. Перечень литературы

1. Бомпа, Т. Периодизация спортивной тренировки = Periodization Training for Sports [Электронный ресурс] / К.А. Буццичелли, пер.: М. Прокопьева, Т. Бомпа.— [3-е изд.].— М.: Спорт, 2016.— 385 с. : ил. — Пер. с англ. — ISBN 978-5-906839-01-5.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641241>. (дата обращения: 12.05.2026).
2. Никитушкин В.Г. Спорт высших достижений. Теория и методика: учебное пособие / В.Г.Никитушкин, Ф.П.Суслов.- М.:Спорт, 2019. – 320 с.
3. Павлов, А.И. Тактика и тактическая подготовка в спортивном фехтовании. Учебное пособие.- Смоленск: СГАФКСТ, 2018.- 170с.
4. Платонов, В.Н. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Настольная книга тренера: в 2 т. / В. Н. Платонов. — М.: ООО «ПРИНТЛЕТО», 2021 – Т.1. – 591с. - Т. 2 - 608 с.
5. Приказ Министерства спорта РФ от 30 октября 2015 г. № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации». [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.consultant.ru>- (дата обращения: 12.05.2026).
6. Приказ Министерства спорта РФ от 25 августа 2020 года N 636 «Об утверждении методических рекомендаций о механизмах и критериях отбора спортивно одаренных детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.consultant.ru>.- (дата обращения: 12.05.2026).
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р «Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года» [Электронный ресурс] – Режим доступа: www.consultant.ru.- (дата обращения: 12.05.2026).
8. Распоряжение Правительство Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года». [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.consultant.ru>.- (дата обращения: 12.05.2026).
9. Серова, Л.К. Профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс]: учеб.пособие для высш. учеб. заведений физ. культуры / Л.К. Серова.— М.: Человек, 2011.— 161 с. — ISBN 978-5-904885-16-8.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641259>.- (дата обращения: 12.05.2026).

11. Совершенствование подготовки резерва спортивных сборных команд Российской Федерации в шорт-треке, биатлоне, легкой атлетике (виды на выносливость) [Электронный ресурс]: метод. рекомендации / В.А. Аикин, В.И. Михалев, Ю.В. Корягина, Е.А. Реуцкая, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта.— Омск: Изд-во СибГУФК, 2014.— 71 с. : ил. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/640984.-> (дата обращения: 12.05.2026).

12. Спортивные технологии теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта: легкая атлетика [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Е.Ю. Андриянова[и др.].— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2014.— 133 с.: ил. — ISBN 978-5-350-00289-8.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279254.-> (дата обращения: 12.05.2026).

13. Федеральный закон от 4.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». [Электронный ресурс] – Режим доступа: www.consultant.ru.- (дата обращения: 12.05.2026).

14. Фискалов, В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В.П. Черкашин, В.Д. Фискалов.— М. : Спорт, 2016.— 353 с.: ил. — ISBN 978-5-906839-21-3.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641317.-> (дата обращения: 12.05.2026).

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети internet, необходимый для освоения дисциплины «Особенности подготовки квалифицированных спортсменов в индивидуальных видах спорта»

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/>

2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://elibrary.ru/>

3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

4. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://sportfiction.ru/>

5. Вестник спортивной науки [Электронный ресурс]: научно-теоретический журнал.- Режим доступа: http://www.vniifk.ru/journal_vsn.php

6. Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс]: научно-теоретический журнал.- Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/TPFK/>

7. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка [Электронный ресурс]: научно-методический журнал.- Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/>

8. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта [Электронный ресурс]: научно-теоретический журнал.- Режим доступа: <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

9. Культура физическая и здоровье [Электронный ресурс]: научно-

методический журнал.- Режим доступа: <http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/>

10. Всероссийская федерация волейбола [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.volley.ru->

11. Всероссийская федерация плавания [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.russwimming.ru->

12. Всероссийская федерация самбо[Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://sambo.ru->

13. Московская федерация фехтования[Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.mosfencing.ru->

14. Российская федерация баскетбола[Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://russiabasket.ru->

15. Российский футбольный союз[Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://rfs.ru->

16. Союз биатлонистов России[Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://biathlonrus.com->

17. Союз конькобежцев России[Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.russkating.ru->

18. Федерация бокса России[Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.boxing-fbr.ru0->

19. Федерация велосипедного спорта России[Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://fvsr.ru->

20. Федерация лыжных гонок России[Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.flgr.ru->

21. Федерация спортивного ориентирования России[Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://rufso.ru->

22. Библиотека международной спортивной информации[Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://sportfiction.ru->

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

При подготовке к экзамену особое внимание следует обратить на следующие моменты:

1. Оценка знаний производится комплексно, и это находит свое отражение в компоновке вопросов в экзаменационном билете. Таким образом, пробел знаний в одном из перечисленных ниже направлений, не позволяет «компенсировать» этот недостаток за счет высокого уровня владения остальным материалом.

2. При подготовке к экзамену необходимо учитывать последовательность изучения материала в ходе учебного процесса.

3. Целесообразно начинать подготовку к экзамену с изучения собственных конспектов, лекций и методических занятий, а затем переходить к более углубленному изучению частных вопросов используя основную и дополнительную литературу.

4. Следует уделить больше внимания освоению специальной терминологии. Это позволит более грамотно излагать собственные познания в области теории и методики избранного вида спорта полученные в процессе спортивно-педагогического совершенствования.

5. Уровень знаний магистрантов в области организации и судейства соревнований тесно связан с практическими навыками судейства. Так студенты активно участвующие в данной деятельности испытывают меньше трудностей при оценке данной области знаний.

6. Опыт приема экзамена (зачета) выявил, что наибольшие трудности при проведении экзамена возникают по разделам касающимся методики тренировки. Для того, чтобы избежать трудностей при ответах по вышеназванному разделу, рекомендуем при подготовке к экзамену уделить этому разделу больше внимания в процессе консультаций с преподавателем, а при самостоятельной подготовке письменно зафиксировать основные теоретические положения и количественные параметры (объемы нагрузок, количество тренировок и.т.п.).

7.Рекомендуется при подготовке к зачету и экзамену уделить особое внимание возможности и необходимости участия в консультациях с преподавателем, как в ходе всего цикла обучения, так и при подготовке к выполнению отдельных заданий, зачету и экзамену. Не забывая, что магистрант должен стремиться к освоению учебного материала, а преподаватель должен профессионально помогать в этом магистранту.

8. Подготовка рефератов представляет собой итог самостоятельного изучения магистрантом нескольких научно-методических работ и должен отражать их основное содержание. Необходимо грамотно и логично изложить основные идеи по заданной теме, содержащиеся в нескольких источниках и сгруппировать их.

Грамотное оформление реферата предполагает соблюдение определенных правил и выдерживание следующей структуры документа: **титульный лист, развернутое оглавление, основная часть** (каждый ее раздел доказательно раскрывает отдельный вопрос, входящий в оглавление, должен быть логически связан с предыдущим и последующим излагаемым материалом; в основной части могут быть представлены таблицы и рисунки), **заключение** (подводятся итоги или дается обобщенный вывод по теме реферата, могут предлагаться рекомендации и перспективы дальнейшего решения проблемы), **список литературы** (включает не менее 5-6 различных актуальных источников).

Образец титульного листа реферата

СМОЛЕНСК ИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА Факультет физической культуры, спорта и оздоровительных технологий Кафедра теории и методики легкой атлетики	
НАЗВАНИЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТА	
Студент-исполнитель <u>ФИО_____</u> , группа № _____	
Оценка за работу «__» _____ 20__ г.	_____ (подпись преподавателя.)
Смоленск 2026г.	

Образец оглавления

(на примере темы «Методика проведения тренировочных занятий с квалифицированными легкоатлетами в беге на короткие дистанции»)

Оглавление	
Введение (современное состояние проблемы)	3
Факторы определяющие результат в спринтерском беге (рассматриваются основные факторы).....	4
Построение макроциклов подготовки (характеризуются тренировочные нагрузки)	8
Построение мезоциклов подготовки	12
Построение микроциклов подготовки	16
Список литературы (содержит наименования не менее 5 использованных источников)	20

Пояснения к тестовым заданиям по оценке отдельных составляющих подготовленности студентов, отражающих уровень сформированности их профессиональных и общекультурных компетенций, достигаемых в ходе изучения дисциплины «Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов».

Батарей тестов, рассчитаны для магистрантов 2 и 3 курсов, осуществляющих изучение дисциплины «Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов».

Успешное их решение, связано с необходимостью владения не только соответствующими знаниями, но и способностью применять эти знания для решения интеллектуальных задач, предопределяющих профессиональные и общекультурные компетенций.

Логика заключений, при решении заданий, не всегда может опираться на соответствующую сумму знаний по отдельному разделу изучаемой дисциплины. Во многом Вам может помочь накопленный практический опыт решения профессиональных задач.

Не следует тратить много времени на поиск правильного решения в предлагаемом тесте. Если Вы не совсем уверены в правильном ответе,

перейдите к следующему заданию. В конце, можно вернуться к проблемному тесту снова.

Перед выполнением тестов, магистрантам предлагается пояснение следующего содержания:

Уважаемые магистранты! Вашему вниманию предлагаются задания, включающие отдельные вопросы и несколько возможных ответов на каждый из них. Вам необходимо внимательно прочитать вопрос и в бланке ответов поставить любой знак в ячейке соответствующей номеру вопроса (строка) и варианту ответа (колонка), который по Вашему мнению является верным. Будьте, пожалуйста, внимательны и удачи Вам!

Бланк ответов на тесты

Фамилия имя магистранта _____

Дата заполнения _____ Подпись _____

№ вопроса	№ варианта ответа				№ вопроса	№ варианта ответа			
	1	2	3	4		1	2	3	4
1					11				
2					12				
3					13				
4					14				
5					15				
6					16				
7					17				
8					18				
9					19				
10					20				

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Аудитория №208 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 12; для преподавателя – 1. Учебная доска для фломастернастенная магнитная одноэлементная 100*159см. 3 шкафа с учебно-	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine;

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
	работы	методической литературой, 1 трибуна для выступлений	Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
2.	Аудитория № 210 - помещение для занятий лекционного и семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Интерактивная доска TRIUMPHBOARD модель 55 MULTITouch LED LCD, мышь компьютерная, клавиатура компьютерная, Учебная доска для фломастера настенная магнитная одноэлементная 100*159см, 1 шкаф, 2 кондиционера	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License
3.	Аудитория № 219 - помещение для занятий лекционного и семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 81; для преподавателя – 3. Учебная доска для фломастера настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Перечень технических средств обучения: Проекционный экран Interactivy1280с, TRIUMPHBOARD модель 55	

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
		MULTITouchLEDLCD, мышь компьютерная, клавиатура компьютерная, проектор inFocusIN122a (стационарный), 2 колонки BOSE, интерактивное устройство VirtualInkMimioXiinteractive, Вешалки напольные для одежды 3 шт.	
4.	Легкоатлетический манеж – помещение для групповых занятий и текущего контроля	Укомплектованы специализированной мебелью и тренажерами для занятий легкой атлетикой: 1. Сектор для толкания ядра (разметка сектора, сегмент, круг для метания, защитная сетка); 2. Тренировочный сектор для метания молота (круг для метания, защитная сетка); 3. Тренировочный сектор для метания копья (разметка сектора, защитная сетка); 4. Беговая дорожка 100 метров (6 беговых дорожек с разметкой, тренировочные барьеры); 5. Беговая дорожка 60 метров (8 беговых дорожек с разметкой, 8 стартовых колодок); 6. Беговая дорожка 200 метров (6 дорожек с разметкой по кругу) 7. Беговая дорожка 30 метров (2 беговые дорожки для специальных беговых и прыжковых упражнений с мягкий покрытием; 8. Сектор для прыжка с шестомPOLANIK (2 стойки, маты для приземления, дорожка с разметкой)	

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
		9. 2 ямы для прыжка в длину с разбега и тройного прыжка с разбега (4 планки для отталкивания); 10. 2 ямы для прыжка в высоту POLANIK (4 стойки, маты для приземления, 1 планка для прыжка в высоту) 11. Шведская стенка (10 секций); 12. 2 гимнастических перекладины; 13. Подвесные перекладины (8 штук); 14. 1 гимнастический конь; 15. 1 гимнастический мостик; 16. 10 гимнастических скамеек; 17. Маты тренировочные 10 штук; 18. 2 препятствия POLANIK для стипль-чеза.	

12. Лицензионное программное обеспечение дисциплины

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



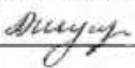
Е.В. Мельник

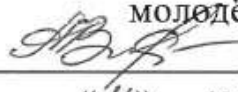
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ПСИХОЛОГИЯ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1

Семестр – 1,2

Итоговая форма контроля – экзамен (2 семестр)

Рабочую программу разработала:
Смолдовская И.О., к.пед.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	6
5. Содержание дисциплины	6
5.1 Количество часов по видам занятий.....	6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	7
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	7
5.2.2 Содержание практических занятий.....	9
6. Самостоятельная работа	15
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	19
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	19
7.2 Типовые контрольные задания	21
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	21
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	21
7.2.3 Вопросы к экзамену.....	23
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	24
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	26
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	27
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	28

1. Пояснительная записка

1.1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психология спортивной карьеры» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (обязательная часть) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психология спортивной карьеры» состоит из трех самостоятельных разделов: психология спортивной карьеры, ее особенности и этапы; индивидуальные особенности психического развития спортсмена; кризисы спортивной карьеры.

Учебный процесс по дисциплине «Психология спортивной карьеры» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекционных и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.

ОПК-1. Способность планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта.

ОПК-2. Способность осуществлять отбор в спортивную сборную команду и в резерв.

ОПК-10. Способен осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности.

ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.

ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся;	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6	ОПК-1
– причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям;	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ОПК-2
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ПК-16
– ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-20
Уметь:		
– формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– систематически анализировать индивидуальные результаты подготовки занимающегося на тре-	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6	ОПК-1

нировочном этапе с целью окончательного определения его индивидуальной спортивной специализации;		
– оценивать спортивную предрасположенность занимающихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов;	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ОПК-2
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», Ф/03.6	ОПК-10
– мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;	ПС 05.003 «Тренер», Д/04.6	ПК-11
– использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
– проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроения занимающегося	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ПК-20
Иметь опыт:		
– разбора с занимающимися результатов выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– выявления наиболее перспективных занимающихся на тренировочном этапе для их дальнейшего спортивного совершенствования;	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6	ОПК-1
– определения уровня спортивной предрасположенности и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ОПК-2
– обеспечение научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ОПК-10
– формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований	ПС 05.003 «Тренер», Д/04.6	ПК-11
– мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-20

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психология спортивной карьеры» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список обязательных дисциплин Б.1.В.01.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: «Психология», «Психология физической культуры», «Введение в спортивную психологию». Дисциплина «Психология спортивной карьеры» является предшествующей для следующих дисциплин: «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции»; «Современные технологии психологического тренинга и Т-игр», «Социальная психология спортивной деятельности», «Психология личности спортсмена».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Психология спортивной карьеры» имеет трудоёмкость, равную 4 зачётным единицам (144 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			1/2
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		18	18
Лекции		4	2/2
Практические занятия			14
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (экзамен)</i>		9	9
<i>Самостоятельная работа</i>		117	117
Общая трудоёмкость	Часы	144	144
	ЗЕ	4	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Ресурсный подход в преодолении кризисов спортивной карьеры				
1.1. Психология спортивной карьеры, ее особенности и актуальные проблемы.	14	2		12
1.2. Ресурсный подход к психологическому сопровождению подготовки спортсменов, его роль в современных условиях.	10	2	2	6
Раздел 2. Кризисы спортивной карьеры				
2.1. Особенности спортивной карьеры на этапах многолетнего цикла.	17		2	15
2.1. Преодоление кризиса начала спортивной карьеры	22		2	20
2.2. Преодоление кризиса углубленной тренировки.	12		2	10

2.3. Преодоление кризиса перехода в спорт высших достижений.	12		2	10
2.5. Преодоление кризиса перехода в профессиональный спорт.	8		2	6
2.6. Преодоление кризиса окончания спортивной карьеры	10		2	8
2.7. Кризисы спортивной карьеры на примере известных Российских спортсменов.	12			12
Всего:	144	4	14	117

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (4 часа)

Раздел 1. Ресурсный подход в преодолении кризисов спортивной карьеры

Тема 1.1. Психология спортивной карьеры, ее особенности и актуальные проблемы (2 часа).

Вопросы:

Психологии спортивной карьеры, ее основные задачи. Подходы к изучению спортивной карьеры: системно-структурный и ресурсный. Классификация и характеристика методов исследования, используемых при изучении спортивной карьеры, их достоинства и недостатки.

Литература:

1. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.

2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Солдатова, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез : учебник для вузов / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 361 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17557-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533332>.

7. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Изда-

тельство Юрайт, 2024. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535701>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных категорий и понятий возрастной психологии в практике спорта; особенностей индивидуальных различий в развитии личности; закономерностей личностного развития и психической деятельности; психологических аспектов обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей, эмоционально-волевой и потребностно-мотивационной сфер личности спортсменов различных возрастных групп;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; учитывать характеристики каждого возрастного этапа, основные новообразования возраста, особенности ведущей деятельности и социальной ситуации развития;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1, 2, 10), профессиональных (ПК – 11, 16, 20).

Тема 1.2. Ресурсный подход к психологическому сопровождению подготовки спортсменов, его роль в современных условиях (2 часа).

Вопросы:

Сущность ресурсного подхода к психологическому сопровождению подготовки спортсменов.

Особенности современного спорта как фактор значимости ресурсного подхода к подготовке спортсменов: предельно высокий уровень спортивных достижений, острота конкуренции, динамичность развития спорта как вида деятельности и отдельных спортивных дисциплин.

Раннее начало спортивной карьеры как фактор актуальности про-активного подхода к подготовке спортсменов.

Принцип опережающей постановки задач подготовки спортсменов как основа про-активного формирования психологических ресурсов самореализации субъектов спортивной деятельности.

Литература:

1. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.
2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-

6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Солдатова, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез : учебник для вузов / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 361 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17557-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533332>.

7. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535701>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных категорий и понятий возрастной психологии в практике спорта; особенностей индивидуальных различий в развитии личности; закономерностей личностного развития и психической деятельности; психологических аспектов обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей, эмоционально-волевой и потребностно-мотивационной сфер личности спортсменов различных возрастных групп;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; учитывать характеристики каждого возрастного этапа, основные новообразования возраста, особенности ведущей деятельности и социальной ситуации развития;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1, 2, 10), профессиональных (ПК – 11, 16, 20).

5.2.2. Содержание практических занятий (18 часов)

Тема 1.3. Тема: Ресурсный подход к психологическому сопровождению подготовки спортсменов, его роль в современных условиях.

Вопросы.

Особенности современного спорта как фактор значимости ресурсного подхода к подготовке спортсменов. Раннее начало спортивной карьеры как фактор актуальности про-активного подхода к подготовке спортсменов. Принцип опережающей постановки задач подготовки спортсменов как основа про-активного формирования психологических ресурсов самореализации субъектов спортивной деятельности. Виды психологических ресурсов самореализации спортсменов и других субъектов спортивной деятельности. Психологические ресурсы приобретения высокого уровня спортивного мастерства. Психологические ресурсы демонстрации подготовки в условиях соревнований.

Раздел 2. Кризисы спортивной карьеры.

Тема 2.1. Тема: Особенности спортивной карьеры на этапах многолетнего цикла.

Вопросы.

Многолетняя спортивная карьера, цель, задачи. Возрастные кризисы по Э.Эриксону. Кризисы спортивной карьеры по Н. Стамбуловой. Психологические предпосылки кризисов. Фазы кризисов, этапы преодоления. Предпосылки (ранние симптомы) кризиса в спорте. Возрастные кризисы спортивной карьеры. Ненормативные кризисы спортивной карьеры: нереализованности, опустошенности, бесперспективности. Ситуативные кризисы спортивной карьеры

Литература:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

5. Солдатова, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез : учебник для вузов / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 361 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17557-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533332>.

6. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535701>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных категорий и понятий возрастной психологии в практике спорта; особенностей индивидуальных различий в развитии личности; закономерностей личностного развития и психической деятельности; психологических аспектов обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей, эмоционально-волевой и потребностно-мотивационной сфер личности спортсменов различных возрастных групп;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; учитывать характеристики каждого возрастного этапа, основные новообразования возраста, особенности ведущей деятельности и социальной ситуации развития;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1, 2, 10), профессиональных (ПК – 11, 16, 20).

Тема 2.2. Преодоление кризиса начала спортивной карьеры (2 часа).

Вопросы.

Психологические особенности этапа начала спортивной карьеры.

Противоречия кризиса.

Психологические сложности на этапе начала спортивной карьеры.

Литература:

1. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.

2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Солдатова, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез : учебник для вузов / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 361 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17557-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533332>.

7. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535701>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных категорий и понятий возрастной психологии в практике спорта; особенностей индивидуальных различий в развитии личности; закономерностей личностного развития и психической деятельности; психологических аспектов обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей, эмоционально-волевой и потребностно-мотивационной сфер личности спортсменов различных возрастных групп;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; учитывать характеристики каждого возрастного этапа, основные новообразования возраста, особенности ведущей деятельности и социальной ситуации развития;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1, 2, 10), профессиональных (ПК – 11, 16, 20).

Тема 2.3. Преодоление кризиса углубленной тренировки (2 часа).

Вопросы.

Психологические особенности этапа углубленной тренировки.

Противоречия кризиса.

Психологические сложности на этапе углубленной тренировки.

Литература:

1. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.

2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных категорий и понятий возрастной психологии в практике спорта; особенностей индивидуальных различий в развитии личности; закономерностей личностного развития и психической деятельности; психологических аспектов обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей, эмоционально-волевой и потребностно-мотивационной сфер личности спортсменов различных возрастных групп;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; учитывать характеристики каждого возрастного этапа, основные новообразования возраста, особенности ведущей деятельности и социальной ситуации развития;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1, 2, 10), профессиональных (ПК – 11, 16, 20).

Тема 2.4. Тема: Преодоление кризиса перехода в спорт высших достижений. (2 часа).

Вопросы.

Психологические особенности этапа перехода в спорт высших достижений. Противоречия кризиса.

Психологические сложности на этапе перехода в спорт высших достижений Литература:

1. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.

2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

6. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535701>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных категорий и понятий возрастной психологии в практике спорта; особенностей индивидуальных различий в развитии личности; закономерностей личностного развития и психической деятельности; психологических аспектов обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей, эмоционально-волевой и потребностно-мотивационной сфер личности спортсменов различных возрастных групп;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; учитывать характеристики каждого возрастного этапа, основные новообразования возраста, особенности ведущей деятельности и социальной ситуации развития;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1, 2, 10), профессиональных (ПК – 11, 16, 20).

Тема 2.5. Преодоление кризиса перехода в профессиональный спорт (2 часа).

Вопросы.

Психологические особенности этапа перехода в профессиональный спорт

Противоречия кризиса.

Психологические сложности на этапе перехода в профессиональный спорт.

Литература:

1. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.
2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
6. Солдатова, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез : учебник для вузов / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 361 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17557-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533332>.
7. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535701>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных категорий и понятий возрастной психологии в практике спорта; особенностей индивидуальных различий в развитии личности; закономерностей личностного развития и психической деятельности; психологических аспектов обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей, эмоционально-волевой и потребностно-мотивационной сфер личности спортсменов различных возрастных групп;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; учитывать характеристики каждого возрастного этапа, основные новообразования возраста, особенности ведущей деятельности и социальной ситуации развития;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1, 2, 10), профессиональных (ПК – 11, 16, 20).

Тема 2.6. Преодоление кризиса окончания спортивной карьеры. (2 часа).

Вопросы.

Психологические особенности окончания спортивной карьеры.
Противоречия кризиса.
Психологические сложности на этапе завершения спортивной карьеры.

Литература:

1. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.
2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных категорий и понятий возрастной психологии в практике спорта; особенностей индивидуальных различий в развитии личности; закономерностей личностного развития и психической деятельности; психологических аспектов обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей, эмоционально-волевой и потребностно-мотивационной сфер личности спортсменов различных возрастных групп;

умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; учитывать характеристики каждого возрастного этапа, основные новообразования возраста, особенности ведущей деятельности и социальной ситуации развития;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1, 2, 10), профессиональных (ПК – 11, 16, 20).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол-во часов	Формы и сроки контроля
1.	Актуальные проблемы психологии спортивной карьеры.	12	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Ресурсный подход к психологическому сопро-	6	Письменная работа

	вождению подготовки спортсменов, его роль в современных условиях.		
3.	Особенности спортивной карьеры на этапах многолетнего цикла.	16	Письменная работа
4.	Преодоление кризиса начала спортивной карьеры	20	Письменная работа
5.	Преодоление кризиса углубленной тренировки.	20	Письменная работа
6.	Преодоление кризиса перехода в спорт высших достижений.	10	Письменная работа
7.	Преодоление кризиса перехода в профессиональный спорт.	6	Письменная работа
8.	Преодоление кризиса окончания спортивной карьеры	8	Письменная работа
9.	Кризисы спортивной карьеры на примере известных Российских спортсменов.	12	Письменная работа
Итого		117	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.
2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
3. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов. – М.: «Академический Проект»: Фонд «Мир», 2004. – 576 с.
4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
6. Солдатова, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез : учебник для вузов / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 361 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17557-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533332>.
7. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535701>

Дополнительная:

8. Абрамова, Г. С. Практикум-хрестоматия по возрастной психологии / Г. С. Абрамова. – М.: Прометей, 2018. – 384 с.

9. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин.- Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
10. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>
11. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.
12. Берк, Л. Развитие ребенка / Л. Берк. – СПб. : Питер, 2006. – 1056 с.
13. Волков, Б.С. Психология юности и молодости / Б.С. Волков. – М.: Академический проект, 2006. – 256 с.
14. Гонина, О. О. Психология младшего школьного возраста: учеб. пособие / О.О. Гонина. – 2-е изд., стер. – М. : Флинта, 2015. – 271 с.
15. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
16. Ильин, Е. П. Психология взрослости / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2012 – 469 с.
17. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.
18. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
19. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2007. – 783 с.
20. Кон, И. С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 254 с.
21. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг ; [пер. с англ. Н. Мальгиной и др.]. – 7-е изд., междунар. – СПб. : Питер, 2002. – 992 с.
22. Краснова, О. В. Психология старости и старения. Хрестоматия : учеб. пособие для студентов. псих. фак. высш. учеб. заведений / О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М. : Академия, 2003. – 416 с.
23. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 530 с.
24. Кулагина, И. Ю. Психология развития и возрастная психология : учеб. пособие для вузов / И. Ю. Кулагина. – М. : Академический проект, 2015. – 420 с.
25. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
26. Мухина, В.С. Возрастная психология. Феноменология развития : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В.С. Мухина. – М.: Академия, 2006. – 608 с.
27. Обухова, Л.Ф. Возрастная психология: учеб. для вузов / Л.Ф. Обухова. – М.: Высшее образование, 2007. – 460 с.
28. Райгородский, Д.Я. Психология зрелости : учеб. пособие по возрастной психологии для фак. психологии, педагогики и соц. работы / Д.Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ-М, 2003. – 768 с.
29. Руденко, А.М. Психологический практикум: учебное пособие для студентов вузов /А.М. Руденко.– Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492с.
30. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

31. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс] / В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

32. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б. Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.

33. Столяренко, Л. Д. Общая психология : учебник для вузов / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 355 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00094-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489945>

34. Шэффер, Д. Дети и подростки: психология развития / Д. Шэффер. – СПб. : Питер, 2003. – 976 с.

35. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

Темы рефератов:

1. Детство как социально-исторический феномен.
2. История исследований в отечественной возрастной психологии.
3. История исследований в зарубежной психологии развития.
4. Генетическое и средовое влияние на развитие в различных психологических теориях.
5. Проблема наследственности и среды в развитии ребенка. Критический анализ.
6. Проблема периодизации психического развития человека.
7. Эмоциональное развитие в дошкольном возрасте.
8. Развитие мотивационно-потребностной сферы младших школьников.
9. Соотношение различных видов деятельности в младшем школьном возрасте.
10. Особенности формирования психических процессов у спортсменов в подростковом возрасте.
11. Сензитивность подросткового возраста для развития общих и специальных способностей.
12. Психологические теории подросткового возраста.
13. Стабилизация личности и самоопределения в ранней юности.
14. Особенности формирования мировоззрения у старших школьников в современных условиях.
15. Нравственное самоопределение в юности.
16. Развитие психических процессов в период ранней взрослости.
17. Нормативные кризисы взрослости.
18. Акмеология и ее задачи. Факторы, содействующие и препятствующие достижению вершин профессионализма.
19. Возрастные различия в проявлении психомоторики спортсменов.
20. Возрастные особенности волевых качеств спортсменов.
21. Формирование мотивации достижения у спортсменов на разных возрастных этапах.
22. Доминирующие потребности спортсменов в различные возрастные периоды.
23. Возрастные особенности эмоциональной сферы в связи со спецификой спортивной деятельности.
24. Возрастные особенности спортивной деятельности (на примере конкретного вида спорта).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям; Уметь: формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; Иметь опыт разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании.
ОПК-1. Способность планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта.	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	Знать: методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся Уметь: систематически анализировать индивидуальные результаты подготовки занимающегося на тренировочном этапе с целью окончательного определения его индивидуальной спортивной специализации Иметь опыт выявления наиболее перспективных занимающихся на тренировочном этапе для их дальнейшего спортивного совершенствования
ОПК-2. Способность осуществлять отбор в спортивную сборную команду и в резерв.	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	Знать: причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям; Уметь: оценивать спортивную predisposedность занимающихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов; Иметь опыт определения уровня спортивной predisposedности и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта.
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8 Руководство про-	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсорев-

высококвалифицированных спортсменов.	цессом централизованной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	новательный и соревновательный периоды; Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.
ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физической и спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	Знать: модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса; Уметь: мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин Иметь опыт формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований
ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды H/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Умеет: использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Имеет опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.
ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсме-	ПС 05.003 «Тренер» H/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды C/01.6 Отбор занимаю-	Знает: ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды; Умеет: проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологи-

нов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.	щихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	ческого настроения занимающегося; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и их практических умений в процессе групповых занятий,
 - выполнение самостоятельных и творческих заданий,
 - подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
 - обсуждение и оценка подготовки презентации.
- Форма итогового контроля – экзамен (2 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Отрасль психологической науки, изучающая закономерности этапов психического развития и формирования личности на протяжении онтогенеза человека от рождения до смерти:

- А. генетическая психология
- Б. возрастная психология
- В. генетическая эпистемология
- Г. сравнительная психология
- Д. психология развития

2. Особые, относительно непродолжительные по времени периоды онтогенеза, характеризующиеся резкими психологическими изменениями и относящиеся к нормативным процессам, необходимым для поступательного развития человека:

- А. литические периоды
- Б. возрасты
- В. этапы
- Г. возрастные кризисы
- Д. индивидуальные кризисы

3. Ведущая деятельность - это:

- А. деятельность, которой на данной стадии развития ребенок посвящает большую часть своего времени
- Б. деятельность, наиболее интересная для ребенка
- В. деятельность, в которой возникают другие виды деятельности и формируются основные новообразования возраста
- Г. деятельность, к которой ребенка побуждает взрослый
- Д. деятельность, в которой происходит освоение социального опыта

4. Согласно Л.С.Выготскому, структура возраста состоит из:

- А. социальной ситуации развития
- Б. ведущей деятельности
- В. новообразования
- Г. всех перечисленных
- Д. кризиса

5. Непосредственно-эмоциональное общение выступает в качестве ведущего вида деятельности (периодизация Д.Б.Эльконина) в:

- А. младенчестве
- Б. раннем детстве
- В. младшем школьном возрасте
- Г. подростковом возрасте
- Д. ранняя юность

6. Чувство взрослости является психологическим новообразованием:

- А. младенчества
- Б. раннего детства
- В. младшего школьного возраста
- Г. подросткового возраста
- Д. ранней юности

7. Условное обозначение вершины развития, момента наибольшего расцвета человеческой личности:

- А. «пик развития».
- Б. «кульминация».
- В. «акме».
- Г. «предел развития».
- Д. «равновесие».

8. Характеристики психологического возраста определяются:

- А. конкретно-историческими условиями развития индивида
- Б. характером воспитания, особенностями деятельности и общения индивида
- В. сочетание вышеизложенных факторов

- Г. спецификой развития функциональных систем
- Д. особенностями роста

9. Хронологический возраст определяется:

- А. временными рамками
- Б. индивидуальными особенностями ребенка
- В. физиологическими особенностями развития ребенка
- Г. психологическими особенностями развития ребенка
- Д. когнитивными особенностями развития ребенка

10. Субъективное переживание готовности подростка быть полноправным членом коллектива взрослых, выражающееся в стремлении к самостоятельности, желании показать свою «взрослость», отстаивании собственной точки зрения:

- А. дисморфомания
- Б. рефлексия
- В. потребность в признании
- Г. чувство взрослости
- Д. чувство отчужденности

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Психология спортивной карьеры, ее особенности и этапы.
2. Актуальные проблемы психологии спортивной карьеры.
3. Системно-структурный подходы к изучению спортивной карьеры.
4. Классификация и характеристика методов исследования, используемых при изучении спортивной карьеры, их достоинства и недостатки.
5. Возрастная периодизация, критерии.
6. Хронологический, биологический, социальный и психологический возраст спортсменов.
7. Спортивный отбор.
8. Ранняя профессионализация спортсменов.
9. Проблема акселерации в спорте.
10. Индивидуальные особенности психического развития спортсмена.
- 11.
12. Ресурсный подход к психологическому сопровождению подготовки спортсменов, его роль в современных условиях.
13. Особенности спортивной карьеры на этапах многолетнего цикла.
14. Преодоление кризиса начала спортивной карьеры.
15. Преодоление кризиса углубленной тренировки.
16. Преодоление кризиса перехода в спорт высших достижений.
17. Преодоление кризиса перехода в профессиональный спорт.
18. Преодоление кризиса окончания спортивной карьеры.
19. Кризисы спортивной карьеры, фазы кризисов, этапы преодоления.
20. Предпосылки (ранние симптомы) кризиса в спорте.
21. Возрастные кризисы спортивной карьеры.
22. Ненормативные кризисы спортивной карьеры: нереализованности, опустошенности, бесперспективности.
23. Ситуативные кризисы спортивной карьеры.

Кризисы спортивной карьеры на примере известных Российских спортсменов.

Критерии оценки знаний на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.
2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
3. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов. – М.: «Академический Проект»: Фонд «Мир», 2004. – 576 с.
4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
6. Солдатова, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез : учебник для вузов / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 361 с. — (Высшее образование). —

ISBN 978-5-534-17557-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533332>.

7. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535701>

Дополнительная:

8. Абрамова, Г. С. Практикум-хрестоматия по возрастной психологии / Г. С. Абрамова. — М.: Прометей, 2018. — 384 с.

9. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин.- Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск: Издательство СибГУФК, 2012. — 440 с. — Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

10. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. — Майкоп : Магарин О. Г., 2018. — 332 с.

11. Берк, Л. Развитие ребенка / Л. Берк. — СПб. : Питер, 2006. — 1056 с.

12. Волков, Б.С. Психология юности и молодости / Б.С. Волков. — М.: Академический проект, 2006. — 256 с.

13. Гонина, О. О. Психология младшего школьного возраста: учеб. пособие / О.О. Гонина. — 2-е изд., стер. — М. : Флинта, 2015. — 271 с.

14. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. — Смоленск: СГАФКСТ, 2011. — 72 с.

15. Ильин, Е. П. Психология взрослости / Е.П. Ильин. — СПб.: Питер, 2012 — 469 с.

16. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. — СПб. : Питер, 2000. — 512 с.

17. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. — СПб. : Питер, 2003. — 384 с.

18. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. — СПб. : Питер, 2007. — 783 с.

19. Кон, И. С. Психология ранней юности / И.С. Кон. — М.: Просвещение, 1989. — 254 с.

20. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг ; [пер. с англ. Н. Мальгиной и др.]. — 7-е изд., междунар. — СПб. : Питер, 2002. — 992 с.

21. Краснова, О. В. Психология старости и старения. Хрестоматия : учеб. пособие для студентов. псих. фак. высш. учеб. заведений / О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. — М. : Академия, 2003. — 416 с.

22. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. — М.: Прометей, 2013. — 530 с.

23. Кулагина, И. Ю. Психология развития и возрастная психология : учеб. пособие для вузов / И. Ю. Кулагина. — М. : Академический проект, 2015. — 420 с.

24. Малкин, В. Спорт — это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. — Москва: Спорт, 2015. — 176 с. — Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

25. Мухина, В.С. Возрастная психология. Феноменология развития : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В.С. Мухина. — М.: Академия, 2006. — 608 с.

26. Обухова, Л.Ф. Возрастная психология: учеб. для вузов / Л.Ф. Обухова. — М.: Высшее образование, 2007. — 460 с.

27. Райгородский, Д.Я. Психология зрелости : учеб. пособие по возрастной психологии для фак. психологии, педагогики и соц. работы / Д.Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ-М, 2003. – 768 с.
28. Рамендик, Д.М. Психологический практикум: учеб. пособие / Д.М. Рамендик, О.В. Одинцова. – М.:ИЦ «Академия», 2008. – 192 с.
29. Руденко, А.М. Психологический практикум: учебное пособие для студентов вузов /А.М. Руденко.– Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492с.
30. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
31. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>
32. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б. Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.
33. Столяренко, Л. Д. Общая психология : учебник для вузов / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 355 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00094-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489945>
34. Шэффер, Д. Дети и подростки: психология развития / Д. Шэффер. – СПб. : Питер, 2003. –976 с.
35. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Дисциплина призвана обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных педагогических ситуаций; деловые игры. Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя и обучающихся, а прежде всего их взаимная детерминация.

В процессе обучения используется метод самостоятельного изучения вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

- 1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;
- 2) психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности

Творческие задания:

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель.

Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

Очень важно, чтобы преподаватель постоянно расширял свои психологические знания, был в курсе методологических и теоретических новинок, относящихся к исследованиям в области психологии.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедр.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение	Укомплектована специализированной

	для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

** Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначаль-	Вид программного обеспечения

		ной лицензии	
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.пс.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ В СПОРТЕ, СРЕДСТВА И МЕТОДЫ
ИХ РЕГУЛЯЦИИ**

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 2

Семестр – 4

Итоговая форма контроля – диф.зачёт (4 семестр)

Рабочую программу разработала:
Смолдовская И.О., к.пед.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	7
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	7
5. Содержание дисциплины	8
5.1 Количество часов по видам занятий.....	8
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	9
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	9
5.2.2 Содержание практических занятий.....	12
6. Самостоятельная работа	18
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	20
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	20
7.2 Типовые контрольные задания	24
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	24
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	24
7.2.3 Вопросы к экзамену.....	27
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	29
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	31
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	32
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	34

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (обязательная часть) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции» состоит из двух самостоятельных разделов: психические состояния

в спорте и технологии регуляции психического состояния в экстремальных условиях спортивной деятельности. Учебный процесс по дисциплине «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.

ОПК-6. Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.

ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена.

ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач.

ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности

ПК-17. Способен использовать в профессиональной деятельности современные средства и методы психологической профилактики, восстановления и реабилитации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья спортсменов и тренеров.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
- теоретические знания, методологию в области психических состояний и принципы их изучения;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6, А/02.5	УК-1
– модели мотивированного поведения зани-	ПС 05.003 «Тренер»,	УК-2

мающегося при подготовке к соревнованиям;	С/04.6	
– методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8	ОПК-6
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-1
– объективные показатели, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5
– критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6	ПК-16
– психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6	ПК-17
Уметь:		
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке;	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6, A/02.5	УК-1
– формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10

предсоревновательный и соревновательный периоды;		
– вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-1
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период подготовки;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ПК-5
– использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-16
– применять средства физического и психического восстановления занимающихся	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ПК-17
Иметь опыт:		
– анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», E/04.7	УК-1
– разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	УК-2
– работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», H/02.7	ОПК-6
– обеспечение научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», H/05.8	ОПК-10
– проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям	ПС 05.003 «Тренер», D/03.6, D/04.6	ПК-1
– использования адекватных средств, методов и форм формирования и поддержания благоприятного функционального состояния при подготовке к спортивным соревнованиям	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ПК-5

– мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
– анализа эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-17

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список обязательных дисциплин Б1.В.08.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе магистратуры по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: психология, психология физической культуры. Дисциплина «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции» является предшествующей для дисциплины современные технологии психологического тренинга и Т-игр.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции» имеет трудоёмкость, равную 3 зачётным единицам (108 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			2
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		18	18
Лекции		6	6
Практические занятия		12	12
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (диф.зачёт)</i>		4	4
<i>Самостоятельная работа</i>		86	86
Общая трудоемкость	Часы	108	108
	ЗЕ	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. занятия	Са-мост. работа
Раздел 1. Психические состояния в спорте				
1.1. Общее понятие о психическом состоянии в профессиональной спортивной деятельности		2		
1.2. Феномен деструктивных психических состояний				2
1.3. Взаимосвязь индивидуальных особенностей и псих. состояний				2
1.4. Эмоции в спорте			2	
1.5. Психические состояния в тренировочном процессе		2		8
1.6. Психические состояния в соревновательном процессе		2		8
1.7. Диагностика психических состояний в спортивной деятельности			2	8
Раздел 2. Технологии регуляции психического состояния в экстремальных условиях спортивной деятельности				
2.1. Психорегуляция в спорте			2	8
2.2. Психотехнологии регуляции психического состояния в детско-юношеском спорте				8
2.3. Технологии регуляции психич. состояния в тренировочном процессе			2	8
2.4. Технологии регуляции психического состояния в экстремальных условиях спортивной деятельности			2	8
2.5. Переживание опасности и риска в спорте и приёмы борьбы с неблагоприятными эмоциональными состояниями				8
2.6. Технология формирования уверенности			2	10
2.7. Использование психоформирующей тренировки для снятия утомления				16
Дифференцированный зачёт	4			
Всего:	108	6	12	86

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (6 часов)

Тема 1. Общее понятие о психическом состоянии в профессиональной спортивной деятельности.

Общая характеристика психических состояний в спортивной деятельности. Понятие о функциональном состоянии организма, об актуальных отрезках напряжённой спортивной деятельности. Внешние и внутренние факторы формирования психических состояний. Различия ключевых факторов возникновения психических состояний в зависимости от вида спорта. Структура психического состояния, классификация. Динамика психического состояния и основные законы.

Литература:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: функции психики, основные потребности человека, эмоции, чувства, мотивацию поведения, деятельности и методику психологического обеспечения спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов; психические особенности людей разного возраста, пола, социально-психические особенности групп людей и методы проведения научно-исследовательской работы в области психических состояний в спорте ;

умений: понимать особенности психических состояний, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности; определять психическое состояние занимающихся в различные периоды возрастного развития;

навыков: оценки устойчивости актуального состояния в спортивно-значимых ситуациях; определения оптимальности актуального состояния условиям ситуации и целям деятельности; диагностики тренировочных и соревновательных состояний с применением методик;

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 16, 17).

Тема 2. Психические состояния в тренировочном процессе

Специфика требований и условий тренировочной деятельности в конкретном виде спорта. Психические состояния при обучении в тренировочном процессе. Факторы монотонии, состояние утомления, психическое пресыщение, тревога, депрессия, гиперпрозекция, психомоторная персеверация, атаксия, прострация. Напряжённость, состояние психического перенапряжения. Состояния «мертвой точки» и «второго дыхания». Состояние спортивной формы и тренированности. Депривация.

Литература:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: функции психики, основные потребности человека, эмоции, чувства, мотивацию поведения, деятельности и методику психологического обеспечения спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов; психические особенности людей разного возраста, пола, социально-психические особенности групп людей и методы проведения научно-исследовательской работы в области психических состояний в спорте ;

умений: понимать особенности психических состояний, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности; определять психическое состояние занимающихся в различные периоды возрастного развития;

навыков: оценки устойчивости актуального состояния в спортивно-значимых ситуациях; определения оптимальности актуального состояния условиям ситуации и целям деятельности; диагностики тренировочных и соревновательных состояний с применением методик;

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 16, 17).

Тема 3. Психические состояния в соревновательном процессе

Психологические особенности соревнований. Психические состояния соревнования. Динамика психического состояния. Стресс. Предсоревновательные стресс-факторы. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.

Общее понятие о психической готовности спортсмена к соревнованиям. Физиологические проявления психических состояний у спортсменов. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена. Объективные и субъективные факторы формирования состояния готовности к конкретному соревнованию. Предсоревновательные психические состояния. Психологическое напряжение и перенапряжение в соревновательном процессе, фрустрация, болевой финишный синдром, психосоматический срыв, экстаз, эмоциональная персеверация. Психические состояния после соревнований.

Литература:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: функции психики, основные потребности человека, эмоции, чувства, мотивацию поведения, деятельности и методику психологического обеспечения спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов; психические особенности людей разного возраста, пола, социально-психические особенности групп людей и методы проведения научно-исследовательской работы в области психических состояний в спорте ;

умений: понимать особенности психических состояний, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности; определять психическое состояние занимающихся в различные периоды возрастного развития;

навыков: оценки устойчивости актуального состояния в спортивно-значимых ситуациях; определения оптимальности актуального состояния условиям ситуации и целям деятельности; диагностики тренировочных и соревновательных состояний с применением методик; Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 16, 17).

5.2.2. Содержание практических занятий (22 часа)

Раздел 1. Психические состояния в спорте.

Практическое занятие 1. Эмоции в спорте.

Ход занятия:

1. Проблема эмоций, роль эмоций в спорте.
2. Физиологические основы эмоций.
3. Влияние эмоций на действия спортсмена.
4. Эмоции спортивных соревнований.

Литература:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: функции психики, основные потребности человека, эмоции, чувства, мотивацию поведения, деятельности и методику психологического обеспечения спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов; психические особенности людей разного возраста, пола, социально-психические особенности групп людей и методы проведения научно-исследовательской работы в области психических состояний в спорте ;

умений: понимать особенности психических состояний, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности; определять психическое состояние занимающихся в различные периоды возрастного развития;

навыков: оценки устойчивости актуального состояния в спортивно-значимых ситуациях; определения оптимальности актуального состояния условиям ситуации и целям деятельности; диагностики тренировочных и соревновательных состояний с применением методик; Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 16, 17).

Практическое занятие 2. Диагностика психических состояний в спортивной деятельности (2 часа)

Ход занятия:

1. Актуальные задачи диагностики психических состояний на тренировках и в условиях соревнований. Специфические требования к методам диагностики состояния (оперативность, адекватность, комплексность).

2. Диагностики актуального состояния спортсмена.

3. Профессиональные и этические нормы диагностики психических состояний у спортсменов. Теоретическое обоснование методик для оценки уровня эмоционального возбуждения, ситуативной тревожности, активности, мобилизации и др. проведение обследований, обработка и интерпретация полученных данных.

Литература:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: функции психики, основные потребности человека, эмоции, чувства, мотивацию поведения, деятельности и методику психологического обеспечения спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов; психические особен-

ности людей разного возраста, пола, социально-психические особенности групп людей и методы проведения научно-исследовательской работы в области психических состояний в спорте ;

умений: понимать особенности психических состояний, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности; определять психическое состояние занимающихся в различные периоды возрастного развития;

навыков: оценки устойчивости актуального состояния в спортивно-значимых ситуациях; определения оптимальности актуального состояния условиям ситуации и целям деятельности; диагностики тренировочных и соревновательных состояний с применением методик;

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 16, 17).

Раздел 2. Технологии регуляции психического состояния в экстремальных условиях спортивной деятельности

Практическое занятие 3. Психорегуляция в спорте

Ход занятия:

1. Понятие психической регуляции в спорте.
2. Классификация методов и средств психорегуляции в спорте.
3. Изучение условий, способствующих нормализации психического состояния у спортсменов.

Литература:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: функции психики, основные потребности человека, эмоции, чувства, мотивацию поведения, деятельности и методику психологического обеспечения спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов; психические особенности людей разного возраста, пола, социально-психические особенности групп людей и методы проведения научно-исследовательской работы в области психических состояний в спорте ;

умений: понимать особенности психических состояний, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности; определять психическое состояние занимающихся в различные периоды возрастного развития;

навыков: оценки устойчивости актуального состояния в спортивно-значимых ситуациях; определения оптимальности актуального состояния условиям ситуации и целям деятельности; диагностики тренировочных и соревновательных состояний с применением методик; Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 16, 17).

Практическое занятие 4. Технологии регуляции психического состояния в тренировочном процессе

Ход занятия:

1. Специальная психологическая подготовка и особые состояния сознания в напряжённой спортивной деятельности.
2. Психические состояния в некоторых экстремальных условиях спортивной деятельности.
2. Факторы, влияющие на психическую надежность спортсмена.
3. Психотехнология формирования психической надежности.

Литература:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: функции психики, основные потребности человека, эмоции, чувства, мотивацию поведения, деятельности и методику психологического обеспечения спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов; психические особенности людей разного возраста, пола, социально-психические особенности групп людей и методы проведения научно-исследовательской работы в области психических состояний в спорте ;

умений: понимать особенности психических состояний, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности; определять психическое состояние занимающихся в различные периоды возрастного развития;

навыков: оценки устойчивости актуального состояния в спортивно-значимых ситуациях; определения оптимальности актуального состояния условиям ситуации и целям деятельности; диагностики тренировочных и соревновательных состояний с применением методик; Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 16, 17).

Практическое занятие 5. Технологии регуляции психического состояния в экстремальных условиях спортивной деятельности

Ход занятия:

1. Устранение нежелательных эмоциональных состояний. Снижение тревожности и агрессивности. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных действий. Медитация. Аутогенные тренировки. Аудиальные методы регуляции психического состояния. Снижение значимости предстоящей деятельности.

2. Выведение спортсмена (команды) на пик психологической формы

3. Пик спортивной формы

4. Пик психической формы

5. Принцип регуляции психического напряжения как фактор выведения спортсмена на пик психической готовности.

Литература:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: функции психики, основные потребности человека, эмоции, чувства, мотивацию поведения, деятельности и методику психологического обеспечения спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов; психические особенности людей разного возраста, пола, социально-психические особенности групп людей и методы проведения научно-исследовательской работы в области психических состояний в спорте ;

умений: понимать особенности психических состояний, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности; определять психическое состояние занимающихся в различные периоды возрастного развития;

навыков: оценки устойчивости актуального состояния в спортивно-значимых ситуациях; определения оптимальности актуального состояния условиям ситуации и целям деятельности; диагностики тренировочных и соревновательных состояний с применением методик; Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 7, 10), профессиональных (ПК – 11, 15).

Практическое занятие 6. Технология формирования уверенности

Ход занятия:

1. Использование психоформирующей тренировки в процессе подготовки к соревнованию.
2. Методика разработки психорегулирующих формул перед стартом.
3. Секундирование как форма соревновательной психорегуляции.

Литература:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: функции психики, основные потребности человека, эмоции, чувства, мотивацию поведения, деятельности и методику психологического обеспечения спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов; психические особенности людей разного возраста, пола, социально-психические особенности групп людей и методы проведения научно-исследовательской работы в области психических состояний в спорте ;

умений: понимать особенности психических состояний, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности; определять психическое состояние занимающихся в различные периоды возрастного развития;

навыков: оценки устойчивости актуального состояния в спортивно-значимых ситуациях;

определения оптимальности актуального состояния условиям ситуации и целям деятельности; диагностики тренировочных и соревновательных состояний с применением методик;
Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 16, 17).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Разработка комплекса психической саморегуляции при подготовке к соревнованию в своём виде спорта	8	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Взаимосвязь индивидуальных особенностей и психических состояний	2	Выступление на занятиях, дискуссия
3.	Феномен деструктивных психических состояний	2	Письменная работа
4.	Диагностика психических состояний	8	Письменная работа
5.	Разработка комплекса средств психорегуляции для конкретного спортсмена	8	Письменная работа. Устное собеседование
6.	Разработка комплекса средств психорегуляции для тренера	8	Презентация
7.	Разработка комплекса средств психорегуляции для родителей спортсмена	8	Письменная работа.
8.	Разработка комплекса средств психорегуляции для повышения уверенности в себе	8	Письменная работа.
9.	Разработка транса (4-х секундный, Эрик-сон) для повышения работоспособности	10	Письменная работа.
10.	Разработка боевых формул	8	Письменная работа.
11.	Разработка транса (4-х секундный, Эрик-сон) для релаксации	16	Письменная работа.
Итого		86	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. — Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.

3. Бондаренко, А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф.Бондаренко. – М.: «Независимая фирма «Класс», 2001. – 335 с.

4. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. - М. : Советский спорт, 2010. - 158 [2] с. : портр., табл., граф. - (Атланты спортивной науки). - Библиогр.: с. 154-159.

5. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.

6. Кузьменко, Г. А. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г.А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.

7. Линдсей Дж. Межнациональное регулирование этических вопросов и разработка Мета-кодекса этики EFPA / Дж. Линдсей // Национальный психологический журнал. – 2012. – №1(7). – С. 33–41.

8. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс] : очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул. - М. : Советский спорт, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805212.html>

9. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-

юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

10. Психология современного спорта высших достижений: Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>

11. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

12. Сохликова, В.А. Работа психолога в рамках запроса на психологическую помощь в спорте / В.А.Сохликова // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. – Т. 3. – 2023 · – № 2, – С. 98–111. — Текст : электронный — URL: <http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/123658/1/avssp-2-2023-10.pdf>

13. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б, Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.

14. Этика для европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского издания И. Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.

15. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М.: Советский спорт, 2006. – 163 с.

Темы рефератов:

1. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена.
2. Психологическое обеспечение завершения спортивной карьеры.
3. Снижение тревожности и агрессивности средствами физических упражнений.
4. Аудиальные методы регуляции психического состояния.
5. Специфика требований и условий тренировочной деятельности в конкретном виде спорта.
6. Профилактика психологических напряжений и перенапряжений в тренировочном процессе.
7. Спорт как зависимость.
8. Психология формирования уверенности спортсмена.
9. Аналитические записки в спорте.
10. Оценка эффективности психологического консультирования в спорте.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен	ПС 05.003 «Тренер»,	Знает: основные проблемы психоло-

осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/04.7 Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки	гической психорегуляции в практике спорта; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке; Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы.
УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям; Уметь: формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; Иметь опыт разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании.
ОПК-6. Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8 Управление персоналом, задействованным в обеспечении и сопровождении подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва ПС 05.003 «Тренер» Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	Знает: методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации Умеет: использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды; Имеет опыт работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды

ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8 Руководство процессом централизованной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.
ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена	ПС 05.003 «Тренер» D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	Знает: способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена; Умеет: вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях; Имеет опыт проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям
ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знает: объективные показатели, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период подготовки; Имеет опыт использования адекватных средств, методов и форм формирования и поддержания благоприятного функционального состояния при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях
ПК-16. Способен проводить коррекционно-	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спор-	Знает: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортив-

развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.	тивной команды Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	ным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Умеет: использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Имеет опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.
ПК-17. Способен использовать в профессиональной деятельности современные средства и методы психологической профилактики, восстановления и реабилитации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья спортсменов и тренеров.	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации Умеет: применять средства физического и психического восстановления занимающихся; Имеет опыт анализа эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – экзамен (1 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Спортивная деятельность часто сопровождается переживанием страха (боязни), который может повлиять на успешность выступления на соревнованиях или на качество тренировочного процесса. Существует несколько форм переживания страха. Какие из ниже перечисленных, являются формами переживания страха.

1. нервозность;
2. астеническая реакция;
3. паника;
4. фрустрация;
5. боевое возбуждение.

2. При длительной работе максимальной, а иногда и умеренной (средней) интенсивности наблюдается особое состояние утомления, сопровождающееся резким спадом работоспособности. Как называется это состояние:

1. мертвая точка;
2. монотония;
3. пресыщение.

3. Монотонность тренировочной работы может приводить к двум состояниям. Определите и укажите их:

1. монотония;
2. усталость;
3. пресыщение.

4. Дословный перевод этого термина означает расстройство (планов), крушение (замыслов, надежд). Оно возникает у спортсмена в ситуации неоправдавшихся ожиданий успеха:

1. разочарование;
2. фрустрация;
3. подавленность.

5. Как называется высший уровень психической регуляции поведения и деятельности, являющийся разновидностью произвольной саморегуляции. Назовите его:

1. сознание;
2. воля;
3. психика.

6. Психологическая процедура, основной целью которой является изучение спортсмена: специфики протекания психических процессов, психических состояний, свойств личности, социально-психологических особенностей деятельности:

1. спортивная психодиагностика;
2. психодиагностика;
3. тестирование.

7. Психологическая процедура, связанная с измерением или испытанием, которое осуществляется с целью определения состояния, процессов, свойств или способностей спортсмена.

1. спортивная психодиагностика;
2. психодиагностика;
3. тестирование.

8. Это состояние определяют как конечный результат длительной и тяжелой работы, при которой спортсмену трудно выдерживать стандартный режим тренировочных нагрузок и он не может демонстрировать результаты, которые показывал до этого. Определите и укажите его:

1. переутомление;
2. перетренированность;
3. выгорание.

9. Как называется состояние, развивающееся на фоне хронического стресса и ведущее к истощению эмоционально - энергических и личностных ресурсов работающего человека. Определите и укажите его:

1. переутомление;
2. перетренированность;
3. выгорание.

10. Позитивное эмоциональное состояние спортсмена перед соревнованием, характеризующееся оптимальным уровнем эмоционального возбуждения:

1. боевая готовность;
2. предстартовая апатия;
3. предстартовая лихорадка.

11. Негативное предстартовое состояние, характеризующееся высоким уровнем эмоционального возбуждения:

1. боевая готовность;
2. предстартовая апатия;
3. предстартовая лихорадка.

12. Комплекс мероприятий, направленных на решение наиболее общих психологических проблем спортсменов:

1. специальная психологическая подготовка;
2. общая психологическая подготовка спортсмена;
3. психологическое обеспечение спортивной деятельности.

13. Комплекс мероприятий, направленных на специальное развитие и совершенствование систем психического регулирования спортсмена:

1. специальная психологическая подготовка; __
2. общая психологическая подготовка спортсмена;
3. психологическое обеспечение спортивной деятельности.

14. Комплекс мероприятий, направленных на подготовку спортсмена к конкретному соревнованию.

1. специальная психологическая подготовка;
2. общая психологическая подготовка спортсмена;
3. психологическое обеспечение спортивной деятельности.

15. Психологическая процедура связанная с измерением или испытанием, которое осуществляется с целью определения состояния, процессов, свойств или способностей спортсмена:

1. спортивная психодиагностика;
2. психодиагностика;
3. тестирование.

16. Комплекс мероприятий, направленных на формирование у спортсмена особого состояния, позволяющего ему наиболее эффективно реализовать свои возможности:

1. ауторегуляция;
2. гетерорегуляция;
3. психорегуляция.

17. Метод самовнушения, который основан на многократно повторяющихся словесных утверждениях и самоприказах:

1. мобилизация;
2. внушение;
3. аутотренинг.

18. Метод психологического воздействия на личность, который позволяет специалисту вызвать у спортсмена определенные чувства и состояния:

1. мобилизация;
2. внушение;
3. аутотренинг.

19. Психическое состояние спортсмена, которое может быть обусловлено напряженной тренировочной и соревновательной деятельностью, характеризующееся высоким уровнем мобилизации сил спортсмена:

1. переутомление;
2. психическая напряженность;
3. перетренированность.

20. Состояние организма спортсмена, которое характеризуется существенным увеличением времени восстановления работоспособности после больших нагрузок:

1. переутомление;
2. психическая напряженность;
3. перетренированность.

21. Патологическое состояние спортсмена, которое характеризуется существенным снижением уровня физической активности, отрицательными признаками функционального характера в сочетании с психической депрессией:

1. переутомление;
2. психическая напряженность;
3. перетренированность.

22. Качество, необходимое спортсмену, и проявляющееся в его умении не теряться и управлять своими эмоциями в экстремальных условиях соревновательного характера:

1. самообладание;
2. психическая устойчивость;
3. надежность.

23. Волевое качество, которое проявляется в реалистичном оценивании спортсменом своих возможностей в ходе овладения спортивной деятельностью, а также оценивании собственного преимущества над соперниками в ходе выступлений в соревнованиях:

1. уверенность;
2. психическая устойчивость;
3. надежность.

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Психическое состояние как целостное явление.
2. Длительность психических состояний.
3. Психическое состояние как сложное, составное целое.
4. Психическое состояние как подсистема целостной психики.
5. Взаимоотношения психического состояния и внешней среды.
6. Основные (базовые) и частные (особенные) функции психических состояний.
7. Временные характеристики психических состояний.
8. Три основных функциональных блока мозга.
9. Нейрофизиологические особенности эмоциональных состояний.
10. Влияние функциональной асимметрии мозга и индивидуальных особенностей

функционирования физиологических систем на психические состояния.

11. Психофизиологические механизмы осознания психических состояний.
12. Общая характеристика психических состояний в спортивной деятельности.
13. Понятие о функциональном состоянии организма.
14. Внешние и внутренние факторы формирования психических состояний.
15. Психические состояния тренировки. Психическое пресыщение.
16. Различия ключевых факторов возникновения психических состояний в зависимости от вида спорта.
17. Основные подходы к изучению (диагностике, измерению) психических состояний.
18. Современные психологические методы изучения психических состояний.
19. Объективные методы изучения психических состояний.
20. Субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния.
21. Изучение условий, способствующих нормализации психического состояния у спортсменов.
22. Физиологические и психологические аспекты взаимосвязи эмоций и движения.
23. Влияние физической подготовленности на устойчивость к эмоциональным стрессам.
24. Движения и разрядка эмоционального напряжения.
25. Влияние воли на изменение психических состояний у спортсменов.
26. Взаимоотношения психических состояний с психическими процессами и свойствами.
27. Структура "Я - концепции человека", как часть физического "Я"
28. Взаимосвязь психического состояния и самооценки спортсмена.
29. Агрессивность в структуре личности спортсмена.
30. Влияние мотивации на психические состояния спортсменов в тренировочно-соревновательном процессе.
31. Общее понятие о психической готовности спортсмена к соревнованиям.
32. Физиологические проявления психических состояний у спортсменов.
33. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена.
34. Объективные и субъективные факторы формирования состояния готовности к конкретному соревнованию.
35. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе.
36. Психические состояния соревнования.
37. Динамика психического состояния.
38. Предсоревновательные психические состояния.
39. Стресс. Предсоревновательные стресс-факторы.
40. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
41. Психологическое обеспечение завершения спортивной карьеры.
42. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности.

43. Саморегуляция в спорте.
44. Устранение нежелательных эмоциональных состояний.
45. Снижение тревожности и агрессивности средствами физических упражнений.
46. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных действий.

Критерии оценки знаний на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

6. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

7. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

8. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

9. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

10. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

16. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. — Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

17. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.

18. Бондаренко, А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф.Бондаренко. – М.: «Независимая фирма «Класс», 2001. – 335 с.

19. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. - М. : Советский спорт, 2010. - 158 [2] с. : портр., табл., граф. - (Атланты спортивной науки). - Библиогр.: с. 154-159.

20. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.

21. Кузьменко, Г. А. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г.А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.

22. Линдсей Дж. Межнациональное регулирование этических вопросов и разработка Мета-кодекса этики EFPA / Дж. Линдсей // Национальный психологический журнал. – 2012. – №1(7). – С. 33–41.

23. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс] : очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул. - М. : Советский спорт, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805212.html>

24. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-

юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

25. Психология современного спорта высших достижений: Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>

26. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

27. Сохликова, В.А. Работа психолога в рамках запроса на психологическую помощь в спорте / В.А.Сохликова // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. – Т. 3. – 2023 · – № 2, – С. 98–111. — Текст : электронный — URL: <https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/123658/1/avsp-2-2023-10.pdf>

28. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б, Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.

29. Этика для европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского издания И. Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.

30. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М.: Советский спорт, 2006. – 163 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>

6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>

7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>

8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>

9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>

10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Дисциплина разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала и призвана обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине важно показывать возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, схем, кинофильмов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных ситуаций; деловые игры.

Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя обучающегося, а прежде всего их взаимная детерминация.

Критерии подготовленности к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектиро-

вание первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;

2) психологическая готовность к выступлению и участию в дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающихся на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности.

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Творческое задание – одна из форм самостоятельной работы, способствующая углублению знаний, выработке устойчивых навыков самостоятельной работы. Творческое задание – задание, которое содержит больший или меньший элемент неизвестности и имеет, как правило, несколько подходов. В качестве главных признаков творческих домашних работ выделяют: высокую степень самостоятельности; умение логически обрабатывать материал; умение самостоятельно сравнивать, сопоставлять и обобщать материал; умение классифицировать материал по тем или иным признакам; умение высказывать свое отношение к описываемым явлениям и событиям; умение давать собственную оценку какой-либо работы и др.

Выделяют следующие виды творческих заданий: когнитивные, креативные, организационно-деятельностные.

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу привлекательности вида спорта, определенного для нее. Затем поочередно от группы выступает представитель. Критерии оценки презентации: раскрытие цели сообщения и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей

(наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

Очень важно, чтобы преподаватель постоянно расширял свои психологические знания, был в курсе методологических и теоретических новинок, относящихся к исследованиям в области психологии.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий,	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя –

	индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Education 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса

3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



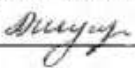
Е.В. Мельник

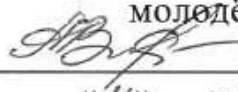
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ МОНИТОРИНГ
И ПСИХОДИАГНОСТИКА В СПОРТЕ**

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1

Семестр – 1, 2

Итоговая форма контроля – экзамен (2 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	7
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	7
5. Содержание дисциплины	8
5.1 Количество часов по видам занятий.....	8
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	9
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	9
5.2.2 Содержание практических занятий.....	11
6. Самостоятельная работа	19
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	23
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	23
7.2 Типовые контрольные задания	26
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	26
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	27
7.2.3 Вопросы к экзамену.....	30
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	32
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	36
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	36
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	38

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта.

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (обязательная часть) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте» состоит из четырех самостоятельных разделов: основы психодиагностики; методики диагностики спортсмена; психологический мониторинг, экспериментальная психология и организация психодиагностического обследо-

дования в спорте. Учебный процесс по дисциплине «Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекционных и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-4. Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.

ОПК-6. Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.

ОПК-10. Способен осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач.

ПК-9. Способен критически оценивать данные и делать выводы, осуществлять математическое моделирование процессов и объектов на базе стандартных пакетов автоматизированного проектирования и исследований.

ПК-18. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные методики психофизиологической и психологической диагностики субъектов спортивной деятельности.

ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– предмет и основные проблемы психо-	ПС 05.003 «Тренер»,	УК-1

диагностики и психологического мониторинга в практике спорта;	Е/01.6, А/02.5	
– методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	УК-4
– методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8	ОПК-6
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– объективные показатели, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ПК-5
– требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса по виду спорта, спортивной дисциплине;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9
– методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека;	ПС 05.003 «Тренер», В/02.5	ПК-18
– ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-20
Уметь:		
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6, А/02.5	УК-1
– пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	УК-4
– использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6

индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды		
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период подготовки;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ПК-5
– самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психодиагностики и психологического мониторинга в спортивной деятельности	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9
– давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности;	ПС 05.003 «Тренер», D/01.6	ПК-18
– проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроения занимающегося	ПС 05.003 «Тренер» C/01.6	ПК-20
Иметь опыт:		
– анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированно-го отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», E/04.7	УК-1
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6	УК-4
– работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», H/02.7	ОПК-6
– контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10

– использования адекватных средств, методов и форм формирования и поддержание благоприятного функционального состояния при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5
– обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для представителей физкультурно-спортивных организаций субъекта Российской Федерации, спортивных федераций по виду спорта	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9
– анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося	ПС 05.003 «Тренер», А/03.5	ПК-18
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-20

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список обязательных дисциплин Б.1.В.03.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 и 2 курсе по очной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: «Психология», «Психология физической культуры», «Введение в спортивную психологию». Дисциплина «Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте» является предшествующей для следующих дисциплин: «Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции»; «Социальная психология спортивной деятельности».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте» имеет трудоёмкость, равную 6 зачётным единицам (216 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр	
		1	2
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	24	6	18
Лекции	4	2	2

Практические занятия		20	4	16
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (экзамен)</i>		9		9
<i>Самостоятельная работа</i>		183	25	158
Общая трудоемкость	Часы	216	31	185
	ЗЕ	6		

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Основы психодиагностики				
1.1. Психодиагностика в спорте, ее предмет и задачи		2		10
1.2. Компьютерные диагностические комплексы и их использование в спорте			4	15
Раздел 2. Методики диагностики спортсмена				
2.1. Диагностика психомоторной и когнитивной сфер личности			2	20
2.2. Диагностика индивидуально-типологических и психофизиологических особенностей спортсмена			2	20
2.3. Методы изучения актуальных и доминирующих психических состояний			2	20
2.4. Диагностика личностных свойств спортсменов			2	20
2.5. Межличностные отношения как объект диагностики			2	20
Раздел 3. Психологический мониторинг				
3.1. Содержание психологического мониторинга, его задачи и этапы		2		14
3.2. Мониторинг в управлении психологической подготовкой спортсмена			2	14
Раздел 4. Экспериментальная психология и организация психодиагностического обследования в спорте				
4.1. Разработка психодиагностического инструментария			2	14
4.2. Проведение экспериментальных исследований в тренировочной и соревновательной деятельности			2	16
Экзамен	9			

Bcero:	216	4	20	183

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (4 часа)

Раздел 1. Основы психодиагностики

Тема 1.1. Психодиагностика в спорте, ее предмет и задачи (2 часа)

1. Психодиагностика: предмет и задачи, особенности психодиагностики в спорте.
2. Психометрические основы диагностики.
3. Классификация и характеристика психодиагностических методик.
4. Основные направления исследований в области психодиагностики, тенденции и перспективы развития.
5. Особенности взаимодействия в психодиагностическом исследовании (тренер-спортсмен-психолог).

Литература:

1. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
2. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.–практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.
3. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
4. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Тема 1.3. Компьютерные диагностические комплексы и их использование в спорте (2 часа)

1. Особенности компьютерной психодиагностики: достоинства, недостатки, перспективы развития.
2. Компьютеризированные методики психодиагностики.
3. Использование компьютерных диагностических комплексов в практике спорта (НС-Психотест, Тестер, Цигарелли и др.).

Литература:

1. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
2. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.–практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.
3. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
4. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Раздел 3. Психологический мониторинг

Тема 3.1. Содержание психологического мониторинга, его задачи и этапы (2 часа)

1. Содержание психологического мониторинга.
2. Понятие, задачи и этапы психологического мониторинга.
3. Мониторинг как многоуровневая, иерархическая система информационного обеспечения управления психологической подготовкой.
4. Объект мониторинга и прогноз развития спортсмена.
5. Информационная, диагностическая, научная, прогностическая система мониторинга.

Литература:

1. Алехина, С.В. Мониторинг как вид профессиональной деятельности педагога-психолога / С.В. Алехина, М.Р. Битянова // Вестник практической психологии образования №4(21) октябрь—декабрь 2009. – С. 66-73 Текст: электронный// – URL: https://psyjournals.ru/journals/bppe/archive/2009_n4/bppe_2009_n4_27746.pdf
2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
3. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
4. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ.

ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

5.2.2. Содержание практических занятий

Раздел 1. Основы психодиагностики

Тема 1.2. Компьютерные диагностические комплексы и их использование в спорте (4 часа)

Практическое занятие №1-2

Ход занятия: Особенности компьютерной психодиагностики: достоинства, недостатки, перспективы развития. Компьютеризированные методики психодиагностики. Использование компьютерных диагностических комплексов в практике спорта (НС-Психотест, Тестер, Цигарелли и др.).

Особенности взаимодействия в психодиагностическом исследовании (тренер-спортсмен-психолог).

Литература:

1. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

2. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.-практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

3. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

4. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Раздел 2. Методики диагностики спортсмена

Тема 2.1. Диагностика психомоторной и когнитивной сфер личности (2 часа)

Практическое занятие №3

Ход занятия:

Диагностика психомоторной сферы личности спортсмена.

Диагностика когнитивной сферы личности спортсмена.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>

2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

3. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

4. Психодиагностика. Теория и практика : учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16295-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544906> (дата обращения: 29.05.2024).

5. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

6. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Тема 2.2. Диагностика индивидуально-типологических
и психофизиологических особенностей спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №4

Ход занятия:

Диагностика психофизиологических особенностей.

Методы изучения функциональной асимметрии спортсменов.

Диагностика индивидуально-типологических особенностей личности спортсмена (свойств нервной системы).

Диагностика ведущей репрезентативной системы.

Диагностика функциональных состояний спортсмена.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>

2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

3. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

4. Психодиагностика. Теория и практика : учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16295-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544906> (дата обращения: 29.05.2024).

5. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

6. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Тема 2.3. Методы изучения актуальных и доминирующих психических состояний (2 часа)

Практическое занятие №5

Ход занятия:

Методы изучения актуальных и доминирующих психических состояний спортсменов.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>

2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

3. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

4. Психодиагностика. Теория и практика : учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16295-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544906> (дата обращения: 29.05.2024).

5. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

6. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Тема 2.4. Диагностика личностных свойств спортсменов (2 часа)

Практическое занятие №6

Ход занятия:

Диагностика свойств характера и акцентуаций личности.

Диагностика самооценки спортсмена.

Диагностика эмоционально-волевой сферы личности.

Диагностика потребностно-мотивационной сферы личности.

Проективные методики диагностики.

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>

2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

3. Психодиагностика. Теория и практика: учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16295-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544906> (дата обращения: 29.05.2024).

4. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Тема 2.5. Межличностные отношения как объект диагностики (2 часа)

Практическое занятие №7

Ход занятия: Межличностные отношения как объект диагностики.

Психологическая диагностика коммуникативного потенциала личности. Определение социального статуса спортсменов и анализ социально-психологического климата в спортивной команде. Диагностика детско-родительских отношений в спорте.

Литература:

1. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

2. Психодиагностика. Теория и практика : учебник для вузов / М. К. Акимов [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16295-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544906> (дата обращения: 29.05.2024).

3. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. — СПб.: Питер, 2002. — 288 с.

4. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П.Фетискин, В.В.Козлов, Г.М.Мануйлов. — М. Изд-во Института Психотерапии. 2002 — Текст : электронный — URL: https://mopsgmr.ru/wp-content/uploads/2023/06/n.p._fetiskin_v.v._kozlov_g.m._manuilov_soccialno-psihologicheskaya_diagnostics.pdf

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. — 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Раздел 3. Психологический мониторинг

Тема 3.2. Мониторинг в управлении психологической подготовкой спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №8

Ход занятия: Содержание психологического мониторинга. Понятие, задачи и этапы психологического мониторинга. Педагогический мониторинг. Мониторинг как многоуровневая, иерархическая система организации, сбора, хранения, обработки и распространения информации об обследуемой системе или отдельных её элементах, ориентированная на информационное обеспечение управления психологической подготовкой. Объект мониторинга. Прогноз развития спортсмена. Информационная, диагностическая, научная, прогностическая система мониторинга.

Литература:

1. Алехина, С.В. Мониторинг как вид профессиональной деятельности педагога-психолога / С.В. Алехина, М.Р. Битянова // Вестник практической психологии образования №4(21) октябрь—декабрь 2009. – С. 66-73 Текст:

электронный// – URL:

https://psyjournals.ru/journals/bppe/archive/2009_n4/bppe_2009_n4_27746.pdf

2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

3. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

4. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Раздел 4. Экспериментальная психология и организация психодиагностического обследования в спорте

Тема 4.1. Разработка психодиагностического инструментария (2 часа)

Практическое занятие №9

Ход занятия: Особенности проведения экспериментальных исследований в тренировочной и соревновательной деятельности. Психодиагностический процесс и его этапы, использование методик специалистами-смежниками. Требования к разработке психодиагностических методик разного типа. Адаптация методик к условиям спортивной деятельности. Протоколы диагностического обследования.

Литература:

1. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология [Электронный ресурс] / В. Н. Дружинин. – СПб: Издательство «Питер», 2000. — 320 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века») ISBN 5-8046-0176-8 – Текст: электронный// – URL: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/03/Druzhinin-V.N.-Eksperimentalnaya-psihologiya.pdf>

2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

3. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

4. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

Тема 4.2. Проведение экспериментальных исследований в тренировочной и соревновательной деятельности (2 часа)

Практическое занятие №10

Ход занятия: Задачи экспериментальной психологии в спорте. Особенности проведения экспериментальных исследований в тренировочной и соревновательной деятельности. Адаптация экспериментальных методик к условиям спортивной деятельности. Особенности проведения и интерпретации результатов экспериментальных исследований в спорте. Психодиагностический процесс и его этапы. Планирование психодиагностического обследования. Требования к разработке психодиагностических методик разного типа. Адаптация зарубежных тестов. Использование методик специалистами-смежниками. Требования к оформлению протоколов обследования.

Литература:

1. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология [Электронный ресурс] / В. Н. Дружинин. – СПб: Издательство «Питер», 2000. — 320 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века») ISBN 5-8046-0176-8 – Текст: электронный// – URL: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/03/Druzhinin-V.N.-Eksperimentalnaya-psihologiya.pdf>

2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

3. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.–практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.

4. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ.

ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: места психодиагностики и психологического мониторинга в управлении психологической подготовкой спортсмена, основных категорий и понятий психодиагностики и психологического мониторинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять методики психодиагностики и осуществлять психологический мониторинг;

навыков: работы с научно-методической литературой, подбора методик психодиагностики в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 10), профессиональных (ПК – 5, 9, 18, 20).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Психодиагностика в спорте, ее предмет и задачи	10	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Компьютерные диагностические комплексы и их использование в спорте	15	Письменная работа
3.	Диагностика психомоторной и когнитивной сфер личности	20	Письменная работа
4.	Диагностика индивидуально-типологических и психофизиологических особенностей спортсмена	20	Письменная работа
5.	Методы изучения актуальных и доминирующих психических состояний	20	Письменная работа
6.	Диагностика личностных свойств спортсменов	20	Письменная работа
7.	Межличностные отношения как объект диагностики	20	Письменная работа
8.	Содержание психологического мониторинга, его задачи и этапы	14	Письменная работа
9.	Мониторинг в управлении психологической подготовкой спортсмена	14	Письменная работа
10.	Разработка психодиагностического инструментария	14	Письменная работа
11.	Проведение экспериментальных исследований в тренировочной и соревновательной деятельности	16	Презентация
Итого		183	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>
2. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология [Электронный ресурс] / В. Н. Дружинин. – СПб: Издательство «Питер», 2000. — 320 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века») ISBN 5-8046-0176-8 – Текст: электронный// – URL: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/03/Druzhinin-V.N.-Eksperimentalnaya-psihologiya.pdf>
3. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
4. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.
5. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
6. Психодиагностика. Теория и практика : учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16295-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544906> (дата обращения: 29.05.2024).
7. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П.Фетискин, В.В.Козлов, Г.М.Мануйлов. — М. Изд-во Института Психотерапии. 2002 — Текст : электронный — URL: <https://mopsgmr.ru/wp-content/uploads/2023/06/n.p. fetiskin v.v. kozlov g.m. manuilov soccialno-psihologicheskaya diagnostika.pdf>
8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

9. Банаян, А.А. Планирование психолого-педагогических воздействий на основании учета индивидуальных психологических и психофизиологических особенностей спортсменов в соответствии с периодизацией подготовки : методическое пособие / А.А. Банаян, И.Г. Иванова, М.И. Билялетдинов, Л.В. Винокуров, Е.А. Киселева ; С.-Петерб. научно-исследовательский ин-т

физ. культуры, Министерство спорта РФ. – Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. – 48 с. – ISBN 978-5-9500739-6-0.

10. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

11. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.

12. Воскресенская, Е. В. Формирование эмоционально-волевой сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий. – Минск: БГУФК, 2016. – 95 [4] с.: ил.

13. Дроздовский, А. К. Возможности и перспективы дифференциально- психофизиологических методов в образовании, спорте и профессиях: Инновационный потенциал двигательных экспресс – методик Е. П. Ильина для измерения свойств нервной системы человека: от дифференциальной – к интегративной психофизиологии / А. К. Дроздовский. – СПб.: Реноме, 2023. – 472 с.

14. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).

15. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.

16. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.

17. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2007. – 783 с.

18. Киселев, Ю. Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения / Ю. Я. Киселев. – М. : Советский спорт, 2009. – 276 с.

19. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.

20. Мельник, Е. В. Формирование потребностно-мотивационной сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Е. В. Воскресенская. – Минск: БГУФК, 2016. – 57 [4] с.: ил.

21. Мельник, Е.В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е.В. Мельник, Н.В. Кухтова, А.Ю. Гиринская. – Витебск: ВГУ им П.М. Машерова, 2017. – 56 с.

22. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

23. Психодиагностика : учебник и практикум для вузов / А. Н. Кошелева [и др.] ; под редакцией А. Н. Кошелевой, В. В. Хороших. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 362 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16909-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536915> (дата обращения: 29.05.2024).

24. Рамендик, Д. М. Практикум по психодиагностике : учебное пособие для вузов / Д. М. Рамендик, М. Г. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 139 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07265-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537512> (дата обращения: 29.05.2024).

25. Силич, Е.В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. — Минск: БГУФК, 2010. — 88 с.

26. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. — М.: Спорт, 2022. — 212 с.

27. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

28. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. — М. : Советский спорт, 2006. — 163 с.

Темы рефератов:

1. Предмет и задачи психодиагностики.
2. Историческое развитие психодиагностики как отрасли психологической науки.
3. Анализ основных тенденций развития в зарубежной психодиагностики.
4. Анализ профессионально-этических проблем психодиагностики.
5. Анализ различных подходов в системе классификации методов психодиагностики.
6. Анализ требований, предъявляемых к психодиагностическим процедурам (требования к методикам и требования к пользователям).
7. Проблема влияния личности экспериментатора и ситуационных переменных на процесс психодиагностики.
8. Проблема влияния личности испытуемого на процесс психодиагностики.
9. Проблема использования современных компьютерных технологий для обработки и интерпретации результатов тестирования.
10. Проблемы тестирования лиц с психическими и физическими

недостатками.

11. Особенности группового тестирования: основные проблемы и пути их решения.

12. Психологические проблемы тестирования интеллекта (исторический и современный аспекты).

13. Анализ объективных и проективных методов психодиагностики.

14. Психометрика как методологическая основа психодиагностики.

15. Анализ психометрических проблем психодиагностики.

Проблема репрезентативности, соотношения надежности и валидности.

16. Понятие "нормы" в психодиагностике.

17. Научная психодиагностика: ее отличия паранаучной психодиагностики (популярных тестов, магии, гороскопов, колдовства).

18. Сравнительный анализ объективных методов исследования и тест- опросников.

19. Анализ экспертного метода, его возможности и ограничения.

20. Анализ обучающего эксперимента как диагностического метода. Его возможности и ограничения.

21. Анализ метода наблюдения как метода психодиагностики. Его возможности и ограничения.

22. Продукты деятельности как диагностические тесты: их достоинства и недостатки.

23. Особенности применения психодиагностики в различных областях практики (медицина, производство, образование, спорт).

24. Диагностика соперничества и сотрудничества с помощью методики Т. Лири.

25. Особенности диагностики тактического мышления и антиципации спортсменов.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделе-	Знает: предмет и основные проблемы психодиагностики и психологического мониторинга в практике спорта; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке; Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки

	ния организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/04.7 Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки	спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы.
УК-4. Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» G/07.7 Обеспечение условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	Знает: методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста Умеет: пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта
ОПК-6. Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8 Управление персоналом, задействованным в обеспечении и сопровождении подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва ПС 05.003 «Тренер» Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	Знает: методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации Умеет: использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды; Имеет опыт работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое	ПС 05.003 «Тренер» Е/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;

сопровождение соревновательной деятельности высококвалифициро- ванных спортсменов.		Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсме-нов спортивной команды в предсо-ревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт контроля работы трене-ров по поддержанию высокого уров-ня спортивной мотивации спортсме-нов спортивной команды.
ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка зани-мающихся к участию в соревнованиях, преду-смотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спор-тивных дисциплин)	Знает: объективные показатели, ха-рактеризующих функциональное со-стояние организма спортсмена для решения профессиональных задач; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое со-стояние занимающихся в предсорев-новательный период подготовкой; Имеет опыт использования адекват-ных средств, методов и форм форми-рование и поддержание благоприят-ного функционального состояния при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях
ПК-9. Способен критически оценивать данные и делать выводы, осуществлять математическое моделирование процессов и объектов на базе стандартных пакетов автоматизированного проектирования и исследований.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделе-ния организации), осу-ществляющей деятель-ность в области физиче-ской культуры и спорта», G/07.7 Обеспечение усло-вий для развития внутри и межрегиональных спор-тивных связей	Знает: требования к обеспечению научно-методического, психологиче-ского сопровождения тренировочно-го процесса по виду спорта, спор-тивной дисциплине Умеет: самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психодиа-гностики и психологического мони-торинга в спортивной деятельности. Имеет опыт обеспечения проведения обучающих мероприятий, семина-ров, конференций для представите-лей физкультурно-спортивных орга-низаций субъекта Российской Феде-рации, спортивных федераций по ви-ду спорта
ПК-18. Способен ис-пользовать в профес-сиональной деятель-ности инновационные технологии, совре-менные методики психофизиологиче-ской и психологиче-ской диагностики субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер» В/02.5 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, началь-ной подготовки. А/03.5 Измерение и оцен-ка физической и функци-ональной подготовленности	Знает: методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека; Умеет: давать комплексную оценку физической, функциональной, пси-хологической подготовленности за-нимающегося, оценивать соразмер-ность различных сторон его подго-товленности; Имеет опыт анализа фактических данных и результатов психологиче-

	сти занимающихся в циклах тренировки. D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.	ских наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося
ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.	ПС 05.003 «Тренер» Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды С/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	Знает: ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды; Умеет: проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроя занимающегося; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
 - выполнение самостоятельных и творческих заданий,
 - подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
 - обсуждение и оценка подготовки презентации.
- Форма итогового контроля – экзамен (3 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов одного из вариантов. Ответ необходимо записать в бланке напротив номера вопроса.

Вариант 1.

1. Психодиагностика – это...
2. Объект психодиагностики – ...
3. Что такое организационные методы исследования? Какие методы относятся к данной группе?
4. Эксперимент – это... Назовите виды эксперимента.
5. Моделирование – это...
6. Тесты – это ... По форме предъявления заданий тесты подразделяются на...
7. Охарактеризуйте тесты креативности.
8. Опросники – это...
9. Опросники черт личности – это...
10. Психофизиологические методы – ...
11. Психодиагностическая технология – это...
12. Психодиагностическое обследование – это...
13. Схема получения диагностических данных состоит из...
14. Охарактеризуйте подготовительный этап психодиагностического обследования.
15. Назовите основные виды запросов клиента.
16. Запрос об информации – это...
17. Развернутый психологический диагноз предполагает ...
18. Что означает объективность психологического теста?
19. Стандартизация – это...
20. Почему выборка стандартизации должна быть репрезентативной?
21. Основная особенность интервальной шкалы заключается в ...
22. Профильные оценки – это...
23. Шкальные оценки – это...
24. Перечислите стандартные показатели.
25. Для чего необходимо применение стандартных шкал...
26. Индивидуальная норма характеризует?
27. Репрезентативность тестовых норм – это...
28. Психометрия – это...
29. Показателями качества психодиагностической методики выступают...
30. Перечислите факторы, определяющие надежность результатов теста.
31. Валидность теста – это...
32. Какое количество испытуемых должно использоваться для расчета коэффициента валидности?
33. Конструктивная валидность – это...

34. Достоверность теста – это... Типичным приемом обеспечения достоверности методики является...

35. Дискриминантность теста – это... Показатель дискриминантности теста – это...

36. Пути создания психодиагностических методик...

37. Охарактеризуйте ситуации «создания – применения» теста.

38. Назовите этапы адаптации теста.

39. Как определяют «интеллект» зарубежные психологи?

40. Умственное развитие – это...

41. Сформулируйте 4 основных подхода к понятию «интеллект».

42. Мультифакторная модель интеллекта Л. Терстоуна.

43. Модель интеллекта Г. Амтхауэра.

44. Многофакторная модель Дж. Гилфорда.

45. Охарактеризуйте шкалу интеллекта Бине-Симона.

46. Что собой представляет умственный возраст и как он определяется в шкале Бине-Симона?

47. На какой возрастной диапазон рассчитана шкала Стэнфорд-Бине.

48. Чем шкала измерения интеллекта Векслера-Бельвью отличается от шкалы Стэнфорд-Бине.

49. Перечислите вербальных и невербальных шкал теста Д. Векслера. Чем взрослый вариант методики отличается от детского?

50. Назовите и опишите группы методов для диагностики мотивационно-потребностной сферы личности.

Вариант 2.

1. Кто ввел понятие «психодиагностика» в науку?

2. Предмет психодиагностики – ...

3. Перечислите функции психодиагностики...

4. Интерпретация – это...

5. Методика исследования – это ...

6. Какие методы относятся к интерпретационным...

7. Психодиагностический метод – это...

8. Проективный психодиагностический подход предполагает...

9. Тесты достижений – это...

10. Типологические опросники – это..

11. Назовите факторы, искажающие достоверность ответов в личностных опросниках.

12. Охарактеризуйте метод анализа продуктов деятельности.

13. Психодиагностическое исследование – это...

14. Перечислите ошибки, сопровождающие ситуацию диагностического обследования (по З. Плевницкой).

15. Охарактеризуйте второй этап (установление контакта и мотивация испытуемых) диагностического обследования.

16. Схема диагностического обследования включает в себя:...

17. Тестирование – это...

18. Стандартизация включает в себя три этапа...
19. Какие условия необходимо учесть при выработке единых требований к процедуре эксперимента?
20. Какие факторы необходимо учитывать при формировании выборки стандартизации?
21. Измерение отношений – это...
22. Шкала порядка предполагает...
23. Первичные оценки – это...
24. Что выражают стандартные показатели?
25. Шкала стенов – это...
26. Какие требования предъявляются к тестам?
27. Тестовые нормы – это...
28. Надежность теста – это...
29. Перечислите негативные факторы, влияющие на точность измерений.
30. Каково соотношение валидности и надежности методики?
31. Теоретическая валидность – это ... Какие виды теоретической валидности выделяют? Как рассчитать теоретическую валидность?
32. Внешний критерий – это... Требования, которые предъявляются к внешнему критерию.... Типы внешних критериев.
33. Валидность по содержанию (внутренняя валидность) – это...
34. Эмпирическая валидность – это...
35. Репрезентативность – это... Ошибка репрезентативности – это...
36. Информация по тесту, предлагаемому для решения определенных диагностических задач, должна состоять из...
37. Назовите этапы создания (конструирования) теста.
38. Адаптация теста – это...
39. Как определяют интеллект отечественные психологи?
40. Общей характеристикой умственного развития является...
41. Иерархическая модель интеллекта Ч. Спирмена.
42. Модель интеллекта Д. Векслера.
43. Модель интеллекта Р. Кеттелла.
44. Как определял интеллект А. Бине?
45. Несовпадение умственного и хронологического возраста в шкале Бине-Симона считалось показателем ...
46. Кто ввел понятие «коэффициент интеллектуальности»? Как его можно рассчитать?
47. Что такое «базовый» и «потолочный» возраст в шкале Стэнфорд-Бине.
48. Какое понятие впервые вводит Д. Векслер и на какой возрастной диапазон рассчитана его шкала измерения интеллекта.
49. Эмпирические опросники – это... Какой принцип лежит в их основе? Приведите примеры.
50. Опишите методики, предназначенные для диагностики воли.

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Психодиагностика: предмет и задачи.
2. Психометрические основы диагностики.
3. Классификация и характеристика психодиагностических методик.
4. Проективные методики диагностики.
5. Психодиагностика в спорте.
6. Особенности компьютерной психодиагностики: достоинства, недостатки, перспективы развития.
7. Компьютеризированные методики психодиагностики.
8. Использование компьютерных диагностических комплексов в практике спорта (НС-Психотест, Тестер, Цигарелли и др.).
9. Основные направления исследований в области психодиагностики, тенденции и перспективы развития.
10. Особенности взаимодействия в психодиагностическом исследовании (тренер-спортсмен-психолог).
11. Особенности диагностики психомоторной и когнитивной сфер личности спортсмена.
12. Диагностика психофизиологических особенностей.
13. Методы изучения функциональной асимметрии полушарий головного мозга.
14. Диагностика индивидуально-типологических особенностей личности спортсмена.
15. Диагностика свойств характера и акцентуаций личности.
16. Диагностика эмоционально-волевой сферы личности.
17. Методы изучения актуальных и доминирующих психических состояний.
18. Диагностика потребностно-мотивационной сферы личности.
19. Межличностные отношения как объект диагностики.
20. Определение социального статуса и анализ социально-психологического климата в группе.
21. Диагностика детско-родительских отношений в спорте.
22. Содержание психологического мониторинга.
23. Понятие, задачи и этапы психологического мониторинга.
24. Мониторинг как многоуровневая, иерархическая система информационного обеспечения управления психологической подготовкой.
25. Объект мониторинга и прогноз развития спортсмена.
26. Информационная, диагностическая, научная, прогностическая система мониторинга.
27. Экспериментальная психология и организация психодиагностического обследования в спорте.
28. Особенности проведения экспериментальных исследований в тренировочной и соревновательной деятельности.

29. Требования к разработке психодиагностических методик разного типа.
30. Адаптация методик к условиям спортивной деятельности.
31. Адаптация зарубежных тестов.
32. Психодиагностический процесс и его этапы.
33. Планирование психодиагностического обследования.
34. Использование методик специалистами-смежниками.
35. Требования к оформлению протоколов диагностического обследования.
36. Перспективы экспериментальной психологии в спорте.

Критерии оценки знаний на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>
2. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология [Электронный ресурс] / В. Н. Дружинин. – СПб: Издательство «Питер», 2000. — 320 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века») ISBN 5-8046-0176-8 – Текст: электронный// – URL: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/03/Druzhinin-V.N.-Eksperimentalnaya-psihologiya.pdf>
3. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
4. Методы обследования спортсменов в лаборатории психологии спорта : практ. пособие / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. науч.– практ. центр спорта ; И. А. Чарыкова [и др.]. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – 63 с.
5. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П.Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
6. Психодиагностика. Теория и практика : учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16295-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544906> (дата обращения: 29.05.2024).
7. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П.Фетискин, В.В.Козлов, Г.М.Мануйлов. — М. Изд-во Института Психотерапии. 2002 — Текст : электронный — URL: https://mopsgmr.ru/wp-content/uploads/2023/06/n.p._fetiskin_v.v._kozlov_g.m._manuilov_socialno-psihologicheskaya_diagnostics.pdf
8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

9. Алехина, С.В. Мониторинг как вид профессиональной деятельности педагога-психолога / С.В. Алехина, М.Р. Битянова // Вестник практической психологии образования №4(21) октябрь—декабрь 2009. – С. 66-73 Текст: электронный// – URL: https://psyjournals.ru/journals/bppe/archive/2009_n4/bppe_2009_n4_27746.pdf

10. Банаян, А.А. Планирование психолого-педагогических воздействий на основании учета индивидуальных психологических и психофизиологических особенностей спортсменов в соответствии с периодизацией подготовки : методическое пособие / А.А. Банаян, И.Г. Иванова, М.И. Билялетдинов, Л.В. Винокуров, Е.А. Киселева ; С.-Петерб. научно-исследовательский ин-т физ. культуры, Министерство спорта РФ. – Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. – 48 с. – ISBN 978-5-9500739-6-0.
11. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
12. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.
13. Воскресенская, Е. В. Формирование эмоционально-волевой сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий. – Минск: БГУФК, 2016. – 95 [4] с.: ил.
14. Дроздовский, А. К. Возможности и перспективы дифференциально- психофизиологических методов в образовании, спорте и профессиях: Инновационный потенциал двигательных экспресс – методик Е. П. Ильина для измерения свойств нервной системы человека: от дифференциальной – к интегративной психофизиологии / А. К. Дроздовский. – СПб.: Реноме, 2023. – 472 с.
15. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчин и женщин / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 365 с. – Текст : электронный — URL: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/03/Il-in-E.P.-Differentsialnaya-psihofiziologiya-muzhchiny-i-zhenshhiny.pdf> (дата обращения: 22.05.2024).
16. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с. – Текст : электронный — URL: https://studylib.ru/doc/1997053/il_in-e.p.-differencial_naya (дата обращения: 22.05.2024).
17. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.
18. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
19. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2007. – 783 с.
20. Киселев, Ю. Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения / Ю. Я. Киселев. – М. : Советский спорт, 2009. – 276 с.
21. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович ; под общей редакцией Р. И. Айзмана. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 207 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12545-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543180> (дата обращения: 22.05.2024).

22. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.

23. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта в вопросах и ответах; пособие для студентов, учащихся училищ олимпийского резерва / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет; науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск: БГУФК, 2008. – 100 с.

24. Мельник, Е. В. Формирование потребностно-мотивационной сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Е. В. Воскресенская. – Минск: БГУФК, 2016. – 57 [4] с.: ил.

25. Мельник, Е. В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова, А. Ю. Гириная. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2017. – 56 с.

26. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера: учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск: БГУФК, 2014. – 238 с.

27. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте: учеб. для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общ. ред. А. В. Родионова. – М.: Юрайт, 2020. – 251 с.

28. Практикум по психофизиологической диагностике: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н. Г. Блинова, Л. Н. Игишева, Н. А. Литвинова, А. И. Федоров. – М.: Гуманит. изд. ат. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.

29. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.

30. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

31. Психология физической культуры и спорта: практикум для студентов дневного и заочного отделений факультета физической культуры и спорта / авт.-сост.: Н. В. Кухтова, А. А. Ганкович. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2009. – 102 с.

32. Психодиагностика: учебник и практикум для вузов / А. Н. Кошелева [и др.]; под редакцией А. Н. Кошелевой, В. В. Хороших. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 362 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16909-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536915> (дата обращения: 29.05.2024).

33. Рамендик, Д. М. Практикум по психодиагностике : учебное пособие для вузов / Д. М. Рамендик, М. Г. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 139 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07265-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537512> (дата обращения: 29.05.2024).

34. Сагайдак, С. С. Мотивация достижений в спорте / С. С. Сагайдак. — Минск : БЕЛПОЛИГРАФ, 2002. — 245 с.

35. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539186>.

36. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

37. Силич, Е. В. Диагностический комплекс по выявлению индивидуального профиля асимметрии спортсмена: пособие / Е.В. Силич, Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий; под ред. Е.В.Мельник. — Минск: БГУФК, 2010. — 88 с.

38. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. — М.: Спорт, 2022. — 212 с.

39. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск: Издательство СибГУФК, 2011. — 188 с. — Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

40. Сопов, В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: метод. пособие / В. Ф. Сопов. — М., 2010. — 115 с.

41. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

42. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханнин. — М.: Физкультура и спорт, 1983. — 287 с.

43. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. — М. : Советский спорт, 2006. — 163 с.

44. Яковлев, Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учеб. пособие / Б. П. Яковлев. — М.: Советский спорт, 2014. — 312 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Курс является дисциплиной предметной подготовки и разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала. Предлагаемый курс призван обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллек-

туальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных ситуаций; деловые игры. Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя и обучающихся, а прежде всего их взаимная детерминация.

В процессе обучения используется метод самостоятельного изучения вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

- 1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;
- 2) психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические за-

нения, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности

Творческие задания:

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель.

Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной ра- боты

1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных

	Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level		приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.пс.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 2

Семестр – 3, 4

Итоговая форма контроля – экзамен (4 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	8
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	8
5. Содержание дисциплины	8
5.1 Количество часов по видам занятий.....	8
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	9
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	9
5.2.2 Содержание практических занятий.....	11
6. Самостоятельная работа	16
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	17
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	17
7.2 Типовые контрольные задания	20
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	20
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	21
7.2.3 Вопросы к экзамену.....	25
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	28
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	31
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	32
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	34

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Социальная психология спортивной деятельности» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (обязательная часть) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Социальная психология спортивной деятельности» состоит из трех самостоятельных разделов: введение в социальную психологию спорта, психология общения, межличностных отношений, лидерства и руководства в спортивной команде, психология малых и больших социальных

групп в спорте.

Учебный процесс по дисциплине «Социальная психология спортивной деятельности» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекционных и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-3. Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-4. Способность применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.

ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.

ОПК-5. Способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.

ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-2. Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности.

ПК-6. Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения.

ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности.

ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.

ПК-19. Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	УК-3
– методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	УК-4
– этические нормы в области спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4, 5
– требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине)	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ОПК-10
– требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине);	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ПК-2
– методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ПК-16
– предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта	ПС 05.003 «Тренер» A/04.5	ПК-19
Уметь:		
– обеспечивать благоприятный морально-	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	УК-3

психологический климат в спортивной сборной команде		
– пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	УК-4
– использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ОПК-5
– анализировать состояние научно-методической базы, психологического сопровождения на соответствие федеральным стандартам спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ОПК-10
– анализировать состояние научно-методической базы, психологического сопровождения на соответствие федеральным стандартам спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ПК-2
– подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
– использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации (в том числе на основе информационно-коммуникационных технологий) для организации и проведения теоретического занятия, тематического публичного выступления	ПС 05.003 «Тренер» Е/02.6	ПК-19
Иметь опыт:		
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спор-	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	УК-3

тивной сборной команды в период спортивных соревнований;		
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	УК-4
– наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных нарушениях спортивных правил	ПС 05.003 «Тренер», В/03.5	ОПК-5
– обеспечение научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ОПК-10
– формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ПК-2
– составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
– проведение индивидуальных или групповых консультаций, лекций и семинаров для	ПС 05.003 «Тренер» Е/02.6	ПК-19

тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Социальная психология спортивной деятельности» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список обязательных дисциплин Б1.В.04.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: «Психология», «Психология физической культуры», «Введение в спортивную психологию», «Психология личности спортсмена».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Социальная психология спортивной деятельности» имеет трудоёмкость, равную 3 зачётным единицам (108 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр	
			3	4
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		12	2	10
Лекции		4	2	2
Практические занятия		8		8
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (экзамен)</i>		9		9
<i>Самостоятельная работа</i>		87		87
Общая трудоемкость	Часы	108		
	ЗЕ	3		

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Введение в социальную психологию спорта.				

1.1. Предмет, задачи и методы социальной психологии спорта.	14	2		12
1.2. Социально-психологическое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности.	14		2	12
Раздел 2. Психология общения, межличностных отношений, лидерства и руководства в спортивной команде.				
2.1. Психология общения в спорте.	15	2		13
2.2. Межличностные отношения в спортивной команде	14		2	12
2.3. Лидерство и руководство в спортивной команде.	14		2	12
Раздел 3. Психология малых и больших социальных групп в спорте.				
3.1. Спортивная команда как малая группа.	14		2	12
3.2. Психология больших социальных групп.	14			14
Экзамен	9			
Всего:	108	4	8	87

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (4 часа)

Раздел 1. Введение в социальную психологию спорта.

Тема 1.1. Предмет, задачи и методы социальной психологии спорта (2 часа)

1. Предмет и задачи социальной психологии спорта.
2. История развития и становления зарубежной и отечественной социальной психологии спорта.
3. Социально-психологический эксперимент и социометрия как методы социальной психологии.

Литература:

1. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учеб. пособие / Л.П. Грибкова. – Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010. – 152 с.
2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва :

Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

4. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс] / В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск: Издательство СибГУФК, 2011. — 188 с. — Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: места социальной психологии спорта, ее предмета и задач, истории развития и становления зарубежной и отечественной социальной психологии спорта; умений: проводить социометрию и анализировать полученные результаты, организации социально-психологических экспериментов; навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по психологической подготовке в соответствии с решаемыми задачами, использования методов изучения социально-психологических психических явлений в спортивной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 6, 16, 19).

Раздел 2. Психология общения, межличностных отношений, лидерства и руководства в спортивной команде.

Тема 2.1. Психология общения в спорте (2 часа)

1. Феноменология общения: функции, типы, уровни.
2. Перцептивная, коммуникативная и интерактивная стороны общения.
3. Конфликт как социально-психологическое явление и способ социального взаимодействия.

Литература:

1. Ильин, Е.П. Психология общения и межличностных отношений / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 576 с. (Серия «Мастера психологии»). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://bookap.info/othosheniy/ilin_psihologiya_obshcheniya_i_mezhlichnostnyh_otnosheniy/load/rtf.shtm

2. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.

3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

6. Фадина, А. Г. Психология общения в спорте : учеб.-метод. пособие [Электронный ресурс] / А. Г. Фадина. – Астрахань : Астраханский ун-т, 2011. – 104 с. Текст: электронный//URL: file:///C:/Users/User/Downloads/psihologiya_obshcheniya_v_sporte.pdf

7. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: феноменологии общения, его функций, типов и уровней, специфики общения в спортивной деятельности о конфликтах в межличностных отношениях; умений: анализировать перцептивную, коммуникативную и интерактивную стороны общения, преодолевать различные коммуникативные барьеры в общении, вести диалог и дискуссию, применять способы вербальной и невербальной речи, и их распознавать; навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по предупреждению и разрешению конфликтов в педагогических ситуациях. Формирование универсальных компетенций (УК – 3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 6, 16, 19).

5.2.2. Содержание практических занятий (8 часов)

Раздел 1. Введение в социальную психологию спорта.

Тема 1.2. Социально-психологическое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности (2 часа)

Практическое занятие №1

Ход занятия: Личность как субъект и объект общественных отношений в спорте. Влияние общественного внимания на развитие личности спортсмена. Социализация личности спортсмена, его стадии, факторы. Механизмы социализации: идентификации, проекции, интроекции. Эффект соперничества как социально-психологическое явление. Социальные нормы и спортивная деятельность. Спортивная этика. Регуляция социального поведения.

Разбор проблемных ситуаций «Отклоняющееся поведение спортсменов в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности», «Агрессия и агрессивность спортсменов».

Литература:

1. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учеб. пособие / Л.П. Грибкова. – Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010. – 152 с.

2. Ильин, Е.П. Психология общения и межличностных отношений / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 576 с. (Серия «Мастера психологии»). – Режим доступа: по подписке. –

URL: https://bookap.info/othosheniy/ilin_psihologiya_obshcheniya_i_mezhlichnostnyh_otnosheniy/load/rtf.shtm

3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Сафонов В. К Агрессия в спорте / В. К. Сафонов. – СПб. : СПбГУ, 2003. – 157 с.

6. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

7. Этика для Европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского изд. И.Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: о влиянии общественного внимания на развитие личности спортсмена, о механизмах социализации (идентификации, проекции, интроекции), об эффекте соперничества как социально-психологического явления; умений: самостоятельно анализировать проблемные ситуации отклоняющегося и агрессивного поведения спортсменов в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, осуществлять управление агрессией спортсмена; навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по профилактике нарушений спортивной этики, регуляции социального поведения. Формирование универсальных компетенций (УК – 3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 6, 16, 19).

Раздел 2. Психология общения, межличностных отношений, лидерства и руководства в спортивной команде.

Тема 2.2. Межличностные отношения в спортивной команде (2 часа)

Практическое занятие №2

Ход занятия: Понятие межличностных отношений в спортивной команде, виды и характеристика. Отношения в системах: «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен», «спортсмен-родитель», «родитель-тренер», «спортсмен-психолог», «тренер-психолог», их особенности. Влияние межличностных отношений на эффективность спортивной деятельности. Конфликт как социально-психологическое явление и способ социального взаимодействия. Особенности проявления конфликтов в спорте. Виды конфликтов в спорте. Стратегии поведения в конфликте. Профилактика и разрешение конфликтов в спорте.

Диагностика отношений в системе «тренер-спортсмен» (Шкала Ю.Л.Ханина) и стратегий поведения в конфликте.

Литература:

1. Ильин, Е.П. Психология общения и межличностных отношений / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 576 с. (Серия «Мастера психологии»). – Режим доступа: по подписке. –

URL: https://bookap.info/othosheniy/ilin_psihologiya_obshcheniya_i_mezhlichnostnyh_otnosheniy/load/rtf.shtm

2. Коломейцев, Ю. А. Социальная психология спорта : учеб.-метод. пособие / Ю. А. Коломейцев ; М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2005. – 292 с.

3. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.

4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

7. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: о психологических особенностях и функциях межличностных отношений; о структуре межличностных отношений, о взаимодействии в системе отношений «тренер-родители-спортсмен», конфликтах; умений: управлять взаимодействием и межличностными отношениями, создавать оптимальный психологический климат, преодолевать различные коммуникативные барьеры в общении, вести диалог и дискуссию, применять способы вербальной и невербальной речи, и их распознавать; навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по предупреждению и разрешению конфликтов в педагогических ситуациях. Формирование универсальных компетенций (УК – 3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 6, 16, 19).

Тема 2.3. Лидерство и руководство в спортивной команде (2 часа).

Практическое занятие №3

Ход занятия:

Лидерство как процесс групповой динамики, его признаки. Теории лидерства. Лидерство и его влияние на успешность деятельности спортивной команды. Виды лидеров. Механизмы выдвижения лидеров. Конкуренция между лидерами.

Стиль руководства спортивной командой. Разновидности стиля руководства: авторитарный, демократический, либеральный. Механизм формирования стиля руководства. Влияние стиля руководства на межличностные отношения, эффективность спортивной деятельности.

Диагностика личностных качеств (методика Т.Лири) и стиля руководства.

Литература:

1. Ильин, Е. П. Психология спорта: [учебник] / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2019. – 352 с.

2. Кричевский, Р. Л. Психология руководства и лидерства в спортивном коллективе / Р. Л. Кричевский, М. М. Рыжак. – М. : МГУ, 1985. – 221 с.

3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

6. Шалагинова, Л.В. Психология лидерства / Л.В. Шалагинова. – СПб. : Речь, 2007. – 464 с.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: о понятии лидерства как процесса групповой динамики, его признаках, о теориях лидерства, психологических качествах эффективного лидера, о руководстве спортивной командой, об авторитарном, демократическом и либеральном стилях руководства спортивной командой; умений: управлять взаимодействием и межличностными отношениями, создавать условия для развития лидерских качеств, определять виды лидеров, определять черты стиля руководства, его сильные и слабые стороны; навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по созданию здоровой конкуренции между лидерами, диагностики стиля руководства спортивной командой. Формирование универсальных компетенций (УК – 3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 6, 16, 19).

Раздел 3. Психология малых и больших социальных групп в спорте.

Тема 3.1. Спортивная команда как малая группа (2 часа).

Практическое занятие №4

Ход занятия: Спортивная команда как малая группа, ее признаки. Групповые эффекты в спорте: социальная фасилитация и ингибция, конформизм. Динамические процессы в малой группе. Уровни социального развития спортивных команд как малых групп. Эффективность групповой деятельности. Психологическая характеристика спортивного коллектива как группы. Социально-психологические аспекты комплектования спортивных команд. Психологическая совместимость в спорте, ее уровни. Психологический климат, его структура.

Диагностика социально-психологического климата (Шкала Фидлера).

Упражнения по оптимизации социально-психологического климата в спортивной команде.

Литература:

1. Ильин, Е. П. Психология спорта: [учебник] / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2019. – 352 с.

2. Коломейцев, Ю. А. Социальная психология спорта : учеб.-метод. пособие / Ю. А. Коломейцев ; М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2005. – 292 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

7. Цзен, Н. В. Психотренинг: игры и упражнения / Н. В. Цзен, Ю. В. Пахомов. – 2-е изд. – М.: Класс, 2006. – 272 с.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: о спортивной команде как малой группе, ее признаках, о динамических процессах в малой группе, о психологической совместимости; умений: анализировать групповые эффекты в спорте, определять уровни социального развития спортивных команд, психологической совместимости и пара-

метры социально-психологического климата; навыков: работы с научно-методической литературой, организации мероприятий по комплектованию спортивных команд и созданию благоприятного психологического климата в коллективе. Формирование универсальных компетенций (УК – 3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 6, 16, 19).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающиеся самостоятельно готовятся по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Предмет, задачи и методы социальной психологии спорта.	12	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Социально-психологическое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности.	12	Презентация
3.	Психология общения в спорте.	13	Психотехнические упражнения
4.	Межличностные отношения в спортивной команде	12	Письменная работа
5.	Лидерство и руководство в спортивной команде.	12	Тесты
6.	Спортивная команда как малая группа.	12	Письменная работа
7.	Психология больших социальных групп.	14	Реферат. Презентация
Итого		63	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов см. в разделе 8 (Перечень основной и дополнительной литературы).

Темы рефератов:

1. Введение в социальную психологию спорта.
2. Научные проблемы социальной психологии спорта.
3. Социально-психологические деформации личности спортсмена.
4. Лидерство в спортивной команде, формирование лидерских качеств.
5. Типы лидеров их характеристика.
6. Руководство спортивной командой и эффективность деятельности.
7. Особенности взаимодействия психолога со спортсменами.

8. Особенности работы российских психологов со спортивными командами.
9. Психологические особенности женского спортивного коллектива.
10. Психология болельщиков и фанатов.
11. Психология межличностных отношений в спортивной команде.
12. Конфликтная личность в спорте.
13. Невербальные средства общения в спорте.
14. Психология судейства.
15. Роль родителей в подготовке юных спортсменов.
16. Совместимость в спорте, ее диагностика.
17. Социализация личности спортсмена.
18. Социальная психология спортивных групп.
19. Социально-психологический климат в спортивной команде.
20. Статус спортсмена.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-3. Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды; Умеет: обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спорт. соревнований.
УК-4. Способность применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7 Обеспечение условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей	Знать: методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста. Уметь: пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Иметь опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта
ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях,	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: использовать методы психологической поддержки занимающихся во

подготовки спортивного резерва.	предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	время выступления на соревнованиях; Имеет опыт наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников.
ОПК-5. Способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знать: этические нормы в области спорта; Уметь: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Иметь опыт проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных нарушениях спортивных правил
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8 Руководство процессом централизованной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	Знает: требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине) Умеет: анализировать состояние научно-методической базы, психологического сопровождения на соответствие федеральным стандартам спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине
ПК-2. Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Н/05.8 Руководство процессом централизо-	Знает: требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине); Умеет: анализировать состояние научно-методической базы, психологического сопровождения на соответствие федеральным стандартам спортивной

особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности.	ванной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	подготовки на этапе высшего спортивного мастерства Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине
ПК-6. Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения.	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6 Составление плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	Знает: методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации; Умеет: подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; Имеет опыт составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;
ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	Знать: модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса; Уметь: мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин Иметь опыт формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований
ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды H/03.7 Управление со-	Знает: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Умеет: использовать методы психоло-

	ревновательной деятельностью спортивной сборной команды	го-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Имеет опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.
ПК-19. Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности.	ПС 05.003 «Тренер» А/04.5 Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	Знает: предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта; Умеет: использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации (в том числе на основе информац.-коммуникационных технологий) для организации и проведения теоретического занятия, тематического публичного выступления; Имеет опыт проведения индивидуальных или групповых консультаций, лекций и семинаров для тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,

- обсуждение и оценка подготовки презентации.
- Форма итогового контроля – экзамен (4 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Дополните предложение:

Общение – это

2. Назовите основные функции общения: (4 правильных ответа)

1.
2.
3.
4.

3. Какой тип общения предполагает скрытое воздействие на партнера с целью достижения своих намерений? (1 прав. ответ)

1. Императивное
2. Манипулятивное
3. Диалогическое

4. Определите соответствие между основными сторонами общения и их содержательной характеристикой: (3 прав. отв.) (Поставьте нужную букву в бланке ответов против соответствующей цифры, например: 1а и т.д.)

1. Интерактивная	а) обмен информацией
2. Перцептивная	б) построение общей стратегии взаимодействия
3. Коммуникативная	в) формирование образа другого человека на основе восприятия его внешних признаков

5. Установление хорошей обратной связи в межличностном общении возможно при: (1 пр. отв.)

1. Эмпатическом слушании
2. Рефлексивном слушании
3. Пассивном слушании

6. Ответ «Да» или «Нет» является характерным для: (1 пр. отв.)

1. Открытых вопросов
2. Риторических вопросов

3. Закрытых вопросов
4. Переломных вопросов

7. Какие вопросы помогают устанавливать хороший контакт при общении? (2 пр. отв.)

1. Закрытые вопросы
2. Открытые вопросы
3. Переломные вопросы
4. Вопросы для обдумывания
5. Риторические вопросы

8. Назовите пропущенную стадию общения: ((1 пр. отв.)

1. Контакт
2. ?
3. Поиск решения
4. Выход из контакта

9. Состояние человека в большей степени передают: (1 пр. отв.)

1. Жесты
2. Позы
3. Мимика

10. Какое расстояние при общении характерно для: (4 пр. ответа)

(Поставьте нужную букву в бланке ответов против соответствующей цифры, например: 1а и т.д.)

1. Публичной дистанции	а) до 45 см
2. Личной дистанции	б) от 1,2 м до 3,5 м
3. Социальной дистанции	в) от 45 см до 1,2 м
4. Интимной дистанции	г) от 3,5 м

11. Какой стиль руководства спортивной командой является наиболее эффективным? (1 пр. отв.)

1. Демократический	2. Либеральный
3. Смешанный	4. Авторитарный

12. При каком сочетании вариантов поведения тренера достигается наилучший результат выступления спортсменов и выше удовлетворенность спортивной деятельностью? (1 пр. отв.)

1. Необходимое и действительное поведение тренера
2. Необходимое и предпочитаемое
3. Предпочитаемое и действительное

13. Какой элемент в структуре конфликта необходимо выявить и исключить для разрешения конфликта? (1 пр. отв.)

1. Инцидент (повод)
2. Участников конфликта
3. Завершающую часть конфликта

4. Предмет столкновения

14. К силовым стратегиям поведения в конфликтных ситуациях относится (1 пр.ответ):

1. Сотрудничество
2. Компромисс
3. Соперничество
4. Избегание
5. Приспособление

15. Перечислите основные формы завершения конфликта: (3 пр. отв.)

1.
2.
3.

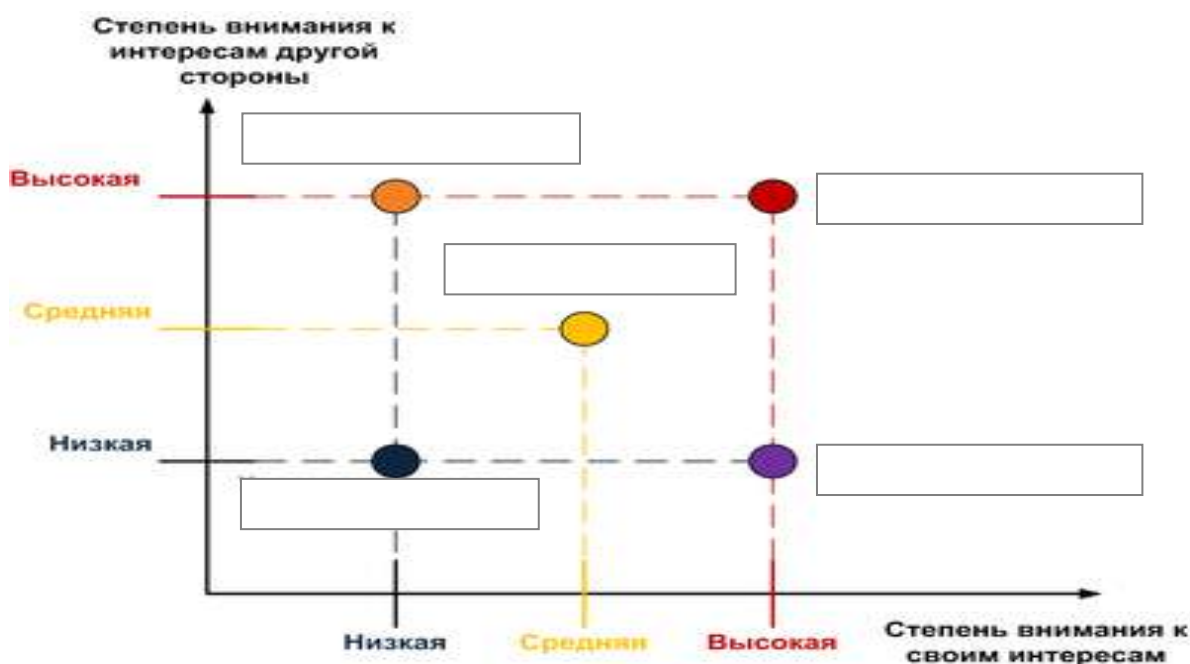
16. Какое поведение тренера наиболее эффективный в процессе межличностных отношений и взаимодействий со спортсменом? (1 пр. отв.)

1. Ориентация на похвалу
2. Ориентация на критику
3. Ориентация на похвалу и немного критики
4. Ориентация на критику и немного похвалы

17. В чем различия между конструктивными и деструктивными конфликтами

Конструктивный конфликт	Деструктивный конфликт

18. На схеме изобразите стратегии поведения в конфликтных ситуациях.



19. Дополните недостающие колонки таблицы стилей руководства.

Стиль	Особенности	Сильные стороны	Слабые стороны	Методы воздействия
Авторитарный	Вся власть и ответственность в одних руках		Сдерживание индивидуальной инициативы	Приказ, поручение, распоряжение
Демократический	Делегирование руководителем отдельных, не ключевых полномочий	Усиление личных обязательств по выполнению работы через совместное участие в управлении		
Либеральный	Предоставление возможности самоуправления		Группа может остановиться в развитии без направляющей линии, осуществляемой руководителем	

20. Провести анализ проблемных ситуаций, предложить и обосновать возможные варианты их решения. Примеры ситуаций:

1. Катя и Света вместе занимаются плаванием и их результаты находятся на одном уровне. На тренировке их поставили плыть на одной дорожке и дали задание – проплыть 10 отрезков по 100 метров, старт с перерывом в 5 секунд. На этой тренировке Катя плыла быстрее Светы, на каждом отрезке она ее догоняла и пыталась обогнать. Но Света не хотела уступать и начинала бить Катю по пяткам. После тренировки девочки поругались.

2. Тренер постоянно сообщает спортсмену о материальных и временных затратах на его подготовку, требует от него высоких результатов, подчеркивает недостаточную работоспособность и отдачу. Спортсмен, в свою очередь, не получает достаточного вознаграждения за свои вклады, не видит перспектив, не хочет продолжать тренироваться. На этой почве возникают разногласия.

3. Спортсмен Дмитрий решил перейти от одного тренера к другому. Когда он сообщил о своем решении своему тренеру, тот стал угрожать спортсмену, что не даст ему возможность тренироваться у своих коллег и в этом городе, снимет с финансирования и лишит экипировки.

4. Спортсменка, имея своего основного тренера, постоянно обращается за советом об исправлении своих ошибок к другому тренеру. Основной тренер возмущен сложившейся ситуацией, отсутствием доверия к нему и непризнанием его компетентности. Спортсменка аргументирует свои поступки тем, что ее тренер уделяет ей мало внимания и не может ей помочь.

5. Ребенок, приходя на тренировку, начинает плакать после первого же указания тренера на ошибку. Родители говорят, что у ребенка появился страх перед тренером и пропало желание ходить на тренировку. Однако на соревнованиях девочка занимает первые места и, по мнению тренера, имеет очень хорошие способности к этому виду спорта.

6. Идет тренировка в бассейне. Спортсмен плавает по дорожке, выполняя задание тренера. В это время на дорожке начинает плавать любитель по абонементу. На просьбу спортсмена покинуть дорожку, он отвечает, что здесь ему удобнее и это самая свободная дорожка. Проплывая рядом, спортсмен случайно задевает любителя лопаткой. Завязывается драка.

7. Петя пришел на тренировку в первый раз и в раздевалке занял шкафчик Вити, который уже давно занимается в секции. Витя, увидев, что его место занято, выкинул вещи на пол и разместил свои. После тренировки была драка.

8. На тренерском совете два тренера выясняли отношения друг с другом по поводу выбора спортсмена, который поедет на соревнования – Коля или Егор. По мнению каждого тренера, его ученик лучший и достоин этой поездки. Тренеры в конфликте забыли про спортсменов, начали оскорблять друг друга.

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Предмет, задачи и методы социальной психологии спорта.
2. История развития и становления зарубежной и отечественной социальной психологии спорта.
3. Социально-психологический эксперимент и социометрия как методы социальной психологии.
4. Социально-психологическое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности.
5. Личность как субъект и объект общественных отношений в спорте. Влияние общественного внимания на развитие личности спортсмена.
6. Социализация личности спортсмена, его механизмы: идентификации, проекции, интроекции.
7. Эффект соперничества как социально-психологическое явление.
8. Социальные нормы и спортивная деятельность, спортивная этика.
9. Отклоняющееся поведение спортсменов в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
10. Агрессия и агрессивность спортсменов. Регуляция социального поведения.

11. Психология общения в спорте: функции, уровни, виды.
12. Перцептивная сторона общения.
13. Коммуникативная сторона общения.
14. Интерактивная сторона общения.
15. Особенности общения в тренировочной и соревновательной деятельности.
16. Социально-психологические механизмы, трудности и барьеры общения субъектов спортивной деятельности.
17. Конфликт как социально-психологическое явление и способ социального взаимодействия, стратегии поведения в конфликте.
18. Сущность конфликта, его причины, структура и основные этапы развития конфликта.
19. Виды конфликтов: социальный, межгрупповой, внутригрупповой, межличностный, личности и группы, внутриличностный, ролевой.
20. Особенности проявления конфликтов в спорте.
21. Типология конфликтных личностей в спорте.
22. Профилактика и разрешение конфликтов в спорте.
23. Межличностные отношения в спортивной команде, их влияние на эффективность спортивной деятельности.
24. Отношения в системах: «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен», «спортсмен-родитель», «родитель-тренер», «спортсмен-психолог», «тренер-психолог», их особенности.
25. Лидерство в спортивной команде как процесс групповой динамики, его признаки, теории лидерства.
26. Виды лидеров, личностные качества лидера.
27. Руководство спортивной командой, разновидности стиля руководства: авторитарный, демократический, либеральный и его влияние на эффективность спортивной деятельности.
28. Спортивная команда как малая группа, ее признаки.
29. Групповые эффекты в спорте: социальная фасилитация и ингибция, конформизм.
30. Уровни социального развития спортивных команд как малых групп, психологическая характеристика спортивного коллектива.
31. Социально-психологические аспекты комплектования спортивных команд.
32. Психологическая совместимость в спорте, уровни совместимости: психофизиологическая, психологическая и социально-психологическая.
33. Влияние совместимости в системе «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен» на эффективность спортивной деятельности.
34. Психологический климат, его структура
35. Оценка социально-психологического климата и его оптимизация как условие эффективности спортивной деятельности.
36. Особенности мужских и женских спортивных коллективов.
37. Психология больших социальных групп, их виды.
38. Влияние толпы на психическое состояние и поведение человека.

39. Массовидные явления в больших социальных группах: религия, мода, массовая коммуникация, реклама, сплетни и слухи.

40. Болельщики (фанаты) как социально-психологическое явление, их воздействие на эффективность деятельности спортсменов.

41. *Диагностика коммуникативной стороны общения (опросник КОС), анализ результатов.*

42. *Диагностика личностных качеств (методика Т.Лири), анализ результатов.*

43. *Диагностика отношений в системе «тренер-спортсмен» (Шкала Ю.Л.Ханина), анализ результатов.*

44. *Диагностика стратегий поведения в конфликте, анализ результатов.*

45. *Диагностика психологической атмосферы в команде (Шкала Р.Фидлера), анализ результатов.*

46. *Диагностика стилей руководства анализ результатов.*

Критерии оценки знаний на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др. По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учеб. пособие / Л.П. Грибкова. – Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010. – 152 с.
2. Ильин, Е.П. Психология общения и межличностных отношений / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 576 с. (Серия «Мастера психологии»). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://bookap.info/othosheniy/ilin_psihologiya_obshcheniya_i_mezhlichnostnyh_otnosheniy/load/rtf.shtm
3. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.
4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
6. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
7. Фадина, А. Г. Психология общения в спорте : учеб.-метод. пособие [Электронный ресурс] / А. Г. Фадина. – Астрахань : Астраханский ун-т, 2011. – 104 с. Текст: электронный//URL: file:///C:/Users/User/Downloads/psihologiya_obshcheniya_v_sporte.pdf
8. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

Дополнительная:

9. Андреева Г. М. Социальная психология : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / Г. М. Андреева. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Аспект Пресс, 2014. – 363 с.
10. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>
11. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
12. Бодалев, А. А. Психология общения / А. А. Бодалев. – М. ; Воронеж : МОДЭК, 2002. – 256 с.
13. Воронин, И. Ю. Преодоление межличностных конфликтов в спортивной команде : дис. канд. пед. наук : 13.00.01 / И. Ю. Воронин. – Белгород, 2000. – 187 л.
14. Ильин, Е. П. Психология спорта: [учебник] / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2019. – 352 с.
15. Коломейцев, Ю. А. Взаимоотношения в спортивной команде / Ю. А. Коломейцев. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 128 с.
16. Коломейцев, Ю. А. Социальная психология спорта : учеб.-метод. пособие / Ю. А. Коломейцев ; М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2005. – 292 с.
17. Кричевский, Р. Л. Психология руководства и лидерства в спортивном коллективе / Р. Л. Кричевский, М. М. Рыжак. – М. : МГУ, 1985. – 221 с.
18. Крысько, В. Г. Социальная психология : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. Г. Крысько. – М.: Владос-Пресс, 2004. – 448 с.
19. Кузьменко, А. Г. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / А. Г. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.
20. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
21. Мальчиков, А. В. Социально-психологические основы управления спортивной командой / А. В. Мальчиков. – Смоленск : СГИФК, 1987. – 81 с.
22. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

23. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
24. Найдиффер, Р. М. Психология соревнующегося спортсмена / Р. М. Найдиффер; пер. А. Н. Романина. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 244 с.
25. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте: учеб. для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общ. ред. А. В. Родионова. – М.: Юрайт, 2020. – 251 с.
26. Практикум по социальной психологии / под ред. И. С. Клециной. – СПб.: Питер, 2008. – 256 с.
27. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
28. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
29. Психология взаимодействия в спорте [Электрон. ресурс]: учеб.-метод. пособие для физкультурных вузов / ред.: В.Н. Смоленцева, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта.— Омск: Изд-во СибГУФК, 2015.— 123 с.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/640972/info>
30. Психология детско-юношеского спорта: учебник для студентов высш. учеб. заведений / А. В. Родионов [и др.]; под ред. А. В. Родионова. – М.: Физическая культура и спорт, 2013. – 277 с.
31. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
32. Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта : учеб. для вузов / А. В. Родионов. – М.: Академический проект : Фонд «Мир», 2004. – 576 с.
33. Сафонов В. К Агрессия в спорте / В. К. Сафонов. – СПб.: СПбГУ, 2003. – 157 с.
34. Смоленцева, В.Н. Психология взаимодействия в спорте [Электронный ресурс] / В.Н. Смоленцева, Ю.А. Мироненко, В.А. Блинов, Н.А. Шакина; под ред. В.Н. Смоленцевой; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 123 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459433>
35. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия / сост. и общ. ред. И. П. Волкова, Н. С. Цикуновой. – М.: Советский спорт, 2005. – 286 с.
36. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 384 с.
37. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный //

Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

38. Стамбулова, Н. Б. Психология спортивной карьеры : учеб.пособие / Н. Б. Стамбулова. – СПб.: Центр карьеры, 1999. – 368 с.

39. Уэйнберг, Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры: [учебник : пер. с англ.] / Р. С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев: Олимпийская литература, 2001. – 336 с.

40. Ханин, Ю.Л. Психология общения в спорте / Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 209 с.

41. Цзен, Н. В. Психотренинг: игры и упражнения / Н. В. Цзен, Ю. В. Пахомов. – 2-е изд. – М.: Класс, 2006. – 272 с.

42. Шалагинова, Л.В. Психология лидерства / Л.В. Шалагинова. – СПб. : Речь, 2007. – 464 с.

43. Этика для Европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского изд. И.Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.

44. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>

6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>

7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>

8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>

9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>

10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Курс является дисциплиной предметной подготовки и разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала. Предлагаемый курс призван обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения.

1. Семинары-дискуссии;
2. Разбор конкретных педагогических ситуаций;
3. Деловые игры.

Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности,

предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя и обучающихся, а прежде всего их взаимная детерминация.

В процессе обучения используется метод самостоятельного изучения вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;

2) психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности

Творческие задания:

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель.

Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

Очень важно, чтобы преподаватель постоянно расширял свои психологические знания, был в курсе методологических и теоретических новинок, относящихся к исследованиям в области психологии.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля,	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см.

	промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного

			класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**ЛИЧНОСТЬ ТРЕНЕРА: ОБУЧЕНИЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 2

Семестр – 4

Итоговая форма контроля – экзамен (4 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	7
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	8
5. Содержание дисциплины	8
5.1 Количество часов по видам занятий.....	8
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	9
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	9
5.2.2 Содержание практических занятий.....	10
6. Самостоятельная работа	14
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	14
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	15
7.2 Типовые контрольные задания	19
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	19
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	19
7.2.3 Вопросы к экзамену.....	21
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	22
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	27
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	27
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	29

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (обязательная часть) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность» состоит из трех самостоятельных разделов: общие закономерности деятельности тренера; особенности личности тренера; психологическая подготовка тренера.

Учебный процесс по дисциплине «Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекционных и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-3. Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-6. Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.

ОПК-5. Способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.

ОПК-10. Сспособен осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-10. Сспособен аккумулировать знания в области организационно-управленческой деятельности и принимать организационно-управленческие решения, связанные с профессиональными рисками

ПК-11. Сспособен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности.

ПК-13. Сспособен определять приоритеты при решении актуальных проблем и задач организационно-управленческой деятельности.

ПК-15. Сспособен проводить психологическое консультирование субъектов спортивной деятельности.

ПК-19. Сспособен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции

Знать:		
– технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	УК-3
– технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	УК-6
– этические нормы в области спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4, 5
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– порядок составления установленной отчетности	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», D/03.6	ПК-10
– модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки	ПС 05.003 «Тренер», D/03.6	ПК-13
– современные технологии, средства и методы командной и индивидуальной подготовки спортсменов высокого класса, организации взаимодействия в спортивной команде и критерии оценки эффективности подготовки спортивной команды.	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-15
– предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта	ПС 05.003 «Тренер» А/04.5	ПК-19
Уметь:		
– обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	УК-3
– формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров;	ПС 05.003 «Тренер», Н/04.7	УК-6
– использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– формировать мотивацию к профессио-	ПС 05.003 «Тренер»	ОПК-5

нальному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров	С/03.6	
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– выявлять проблемы в организации проведения консультирования и тестирования, разрабатывать мероприятия по ее совершенствованию;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», D/03.6	ПК-10
– мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– обобщать накопленный материал в области управления психологической подготовкой;	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6, Е/02.6	ПК-13
– консультировать по вопросам внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-15
– использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации (в том числе на основе информационно-коммуникационных технологий) для организации и проведения теоретического занятия, тематического публичного выступления	ПС 05.003 «Тренер» Е/02.6	ПК-19
Иметь опыт:		
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	УК-3
– мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/04.7	УК-6
– наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4

– проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных нарушениях спортивных правил	ПС 05.003 «Тренер», В/03.5	ОПК-5
– контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– внесения предложений по разработке или модификации системы мотивации тренеров	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», D/03.6	ПК-10
– формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– применения психологических знаний в тренерской деятельности	ПС 05.003 «Тренер» C/03.6, H/03.7	ПК-13
– консультирования тренеров, спортсменов спортивной команды по вопросам спортивной подготовки спортивной команды	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-15
– проведение индивидуальных или групповых консультаций, лекций и семинаров для тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций	ПС 05.003 «Тренер» E/02.6	ПК-19

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список обязательных дисциплин Б1.В.05.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: «Психология», «Психология физической культуры», «Введение в спортивную психологию», «Психология личности спортсмена», «Психологическое сопровождение спортивной деятельности», «Психологическое консультирование в спорте», «Стресс и эмоциональное выгорание в спорте».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность» имеет трудоёмкость, равную 4 зачётным единицам (144 часа).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			4
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		12	12
Лекции		2	2
Практические занятия		10	10
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (экзамен)</i>		9	
<i>Самостоятельная работа</i>		123	123
Общая трудоемкость	Часы	144	
	ЗЕ	4	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Общие закономерности деятельности тренера.				
1.1. Особенности тренерской деятельности.	23	2		21
1.2. Профессиональная пригодность к деятельности тренера.	22		2	20
Раздел 2. Особенности личности тренера.				
2.1. Профессионально-значимые качества личности тренера.	22		2	20
2.2. Психологические основы профессионального мастерства тренера.	22		2	20
Раздел 3. Психологическая подготовка тренера.				
3.1. Цель, задачи и содержание психологической подготовки тренера.	24		2	22
3.2. Факторы повышения эффективности тренерской деятельности.	22		2	20
Экзамен	9			
Всего:	144	2	10	123

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (2 часа)

Раздел 1. Общие закономерности деятельности тренера.

Тема 1.1. Особенности тренерской деятельности (2 часа)

1. Роль тренера в спортивной подготовке спортсмена.
2. Особенности тренерской деятельности.
3. Структура и содержание профессиональной деятельности тренера.
4. Индивидуальный стиль деятельности тренера.

Литература:

1. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).
2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. — СПб.: Питер, 2008. — 352 с.
3. Ильина, Н. Л. Психология тренера: учеб. пособие / Н.Л. Ильина; С.-Еетерб. гос. ун-т. — СПб. : СПбГУ, 2016. — 109 с.
4. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера : учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. — Минск : БГУФК, 2014. — 238 с.
5. Мельник, Е.В. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельности: монография / Е.В.Мельник. — Минск: БГУФК, 2022. — 189 с.
6. Николаев, А.Н. Психология тренера в детско-юношеском спорте: монография / А.Н. Николаев; С.-Петербур. гос. акад. постдиплом. пед. образования. — СПб.: СПб ГАППО, 2005. — 342 с.
7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях психологии деятельности тренера, ее структуры, умений применять знания в области анализа возникающих трудностей в профессиональной деятельности тренера, навыков: работы с научно-методической литературой, взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 10), профессиональных (ПК – 10, 13, 19).

5.2.2. Содержание практических занятий (10 часов)

Раздел 1. *Общие закономерности деятельности тренера.*

Тема 1.2. Профессиональная пригодность к деятельности тренера (2 часа).
Практическое занятие №1

Ход занятия: Профессиографический анализ деятельности тренера. Успешность профессиональной деятельности тренера. Профессиональная пригодность к деятельности тренера. Противопоказания к тренерской деятельности, профессиональные деструкции.

Литература:

1. Ильина, Н. Л. Психология тренера: учеб. пособие / Н.Л. Ильина; С.-Еетерб. гос. ун-т. – СПб. : СПбГУ, 2016. – 109 с.

2. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера : учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск : БГУФК, 2014. – 238 с.

3. Мельник, Е.В. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельности: монография / Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2022. – 189 с.

4. Николаев, А.Н. Психология тренера в детско-юношеском спорте: монография / А.Н. Николаев; С.-Петерб. гос. акад. постдиплом. пед. образования. – СПб.: СПб ГАППО, 2005. – 342 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях психологии деятельности тренера, ее структуры, умений применять знания в области анализа возникающих трудностей в профессиональной деятельности тренера, навыков: работы с научно-методической литературой, взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 10), профессиональных (ПК – 10, 13, 19).

Раздел 2. *Особенности личности тренера.*

Тема 2.1. Профессионально-значимые качества личности тренера (2 часа).

Практическое занятие №2

Ход занятия: Становление личности тренера в профессиональной деятельности. Психология профессионального самоопределения тренера. Профессиональный интерес и склонность к педагогической деятельности тренера. Психологические аспекты профориентации, выбор профессии. Типология личности тренера.

Литература:

1. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. — СПб.: Питер, 2008. — 352 с.

3. Ильина, Н. Л. Психология тренера: учеб. пособие / Н.Л. Ильина; С.-Еетерб. гос. ун-т. — СПб. : СПбГУ, 2016. — 109 с.

4. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера : учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. — Минск : БГУФК, 2014. — 238 с.

5. Мельник, Е.В. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельности: монография / Е.В.Мельник. — Минск: БГУФК, 2022. — 189 с.

6. Николаев, А.Н. Психология тренера в детско-юношеском спорте: монография / А.Н. Николаев; С.-Петерб. гос. акад. постдиплом. пед. образования. — СПб.: СПб ГАПО, 2005. — 342 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях психологии деятельности тренера, ее структуры, умений применять знания в области анализа возникающих трудностей в профессиональной деятельности тренера, навыков: работы с научно-методической литературой, взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 10), профессиональных (ПК – 10, 13, 19).

Тема 2.2. Психологические основы профессионального мастерства тренера (2 часа).

Практическое занятие №3

Ход занятия: Понятие профессионального мастерства тренера, его компоненты. Педагогическая направленность личности тренера. Знания и умения в профессиональной деятельности тренера. Педагогические способности тренера. Авторитет тренера, его составляющие.

Литература:

1. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. — СПб.: Питер, 2008. — 352 с.

3. Ильина, Н. Л. Психология тренера: учеб. пособие / Н.Л. Ильина; С.-Еетерб. гос. ун-т. – СПб. : СПбГУ, 2016. – 109 с.

4. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера : учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск : БГУФК, 2014. – 238 с.

5. Мельник, Е.В. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельности: монография / Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2022. – 189 с.

6. Николаев, А.Н. Психология тренера в детско-юношеском спорте: монография / А.Н. Николаев; С.-Петербург. гос. акад. постдиплом. пед. образования. – СПб.: СПб ГАППО, 2005. – 342 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях психологии деятельности тренера, ее структуры, умений применять знания в области анализа возникающих трудностей в профессиональной деятельности тренера, навыков: работы с научно-методической литературой, взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 10), профессиональных (ПК – 10, 13, 19).

Раздел 3. Психологическая подготовка тренера.

Тема 3.1. Цель, задачи и содержание психологической подготовки тренера (2 часа).

Практическое занятие №4

Ход занятия: Психологическая подготовка тренера, ее цель и задачи. Типичные затруднения тренера в педагогической деятельности. Готовность к профессиональной деятельности тренера. Адаптация тренера к профессиональной деятельности. Кризисы профессионального становления. Мотивация тренерской деятельности и удовлетворенность трудом. Проблема развития профессиональных особенностей сознания и самосознания тренера.

Литература:

1. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.

3. Ильина, Н. Л. Психология тренера: учеб. пособие / Н.Л. Ильина; С.-Еетерб. гос. ун-т. – СПб. : СПбГУ, 2016. – 109 с.

4. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера : учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск : БГУФК, 2014. – 238 с.

5. Мельник, Е.В. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельности: монография / Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2022. – 189 с.

6. Николаев, А.Н. Психология тренера в детско-юношеском спорте: монография / А.Н. Николаев; С.-Петерб. гос. акад. постдиплом. пед. образования. – СПб.: СПб ГАПО, 2005. – 342 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях психологии деятельности тренера, ее структуры, умений применять знания в области анализа возникающих трудностей в профессиональной деятельности тренера, навыков: работы с научно-методической литературой, взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 10), профессиональных (ПК – 10, 13, 19).

Тема 3.2. Факторы повышения эффективности тренерской деятельности (2 часа).

Практическое занятие №5

Ход занятия: Творчество в работе тренера. Психологические аспекты профессионального контакта тренера со спортсменами. Руководство спортивной командой и эффективность деятельности. Психические состояния, проявляющиеся в профессиональной деятельности тренера. Особенности профессионального стресса в деятельности тренера. Профессиональное выгорание в деятельности тренера.

Литература:

1. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.

3. Ильина, Н. Л. Психология тренера: учеб. пособие / Н.Л. Ильина; С.-Еетерб. гос. ун-т. – СПб. : СПбГУ, 2016. – 109 с.

4. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера : учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск : БГУФК, 2014. – 238 с.

5. Мельник, Е.В. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельности: монография / Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2022. – 189 с.

6. Николаев, А.Н. Психология тренера в детско-юношеском спорте: монография / А.Н. Николаев; С.-Петерб. гос. акад. постдиплом. пед. образования. – СПб.: СПб ГАППО, 2005. – 342 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях психологии деятельности тренера, ее структуры, умений применять знания в области анализа возникающих трудностей в профессиональной деятельности тренера, навыков: работы с научно-методической литературой, взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 5, 10), профессиональных (ПК – 10, 13, 19).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающиеся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Особенности тренерской деятельности.	21	Презентация
2.	Профессиональная пригодность к деятельности тренера.	20	Дискуссия
3.	Профессионально-значимые качества личности тренера.	20	Эссе
4.	Психологические основы профессионального мастерства тренера.	20	Письменная работа
5.	Цель, задачи и содержание психологической подготовки тренера.	22	Письменная работа
6.	Факторы повышения эффективности тренерской деятельности.	20	Письменная работа
Итого		123	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов см. в разделе 8 (Перечень основной и дополнительной литературы).

Темы рефератов:

1. Имидж тренера.
2. Диагностика особенностей личности тренера.

3. Сравнительный анализ профессионально значимых качеств личности тренера в различных видах спорта.
4. Характеристика психологических особенностей профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта.
5. Характеристика форм и методов совершенствования профессионального мастерства тренера в избранном виде спорта.
6. Характеристика факторов, влияющих на эффективность тренерской деятельности в избранном виде спорта.
7. Роль тренера в формировании личности спортсмена.
8. Профессионально значимые качества личности тренера.
9. Морально-нравственный облик современного тренера.
10. Особенности профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта (физические, социальные, психологические и т.д.).
11. Формы и методы совершенствования когнитивных, коммуникативных, организаторских, методических и других знаний, умений и навыков тренера.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-3. Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды; Умеет: обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.
УК-6. Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности Н/04.7 Координация и контроль работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов спортивной сборной команды	Знает: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Умеет: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Имеет опыт мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной сборной команды
ОПК-4. Способность формировать воспита-	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6 Подготовка за-	Знать: этические нормы в области спорта;

тельную среду в процессе подготовки спортивного резерва.	нимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Уметь: использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях; Иметь опыт наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;
ОПК-5. Способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин) С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки В/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Имеет опыт проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.003 «Тренер» Е/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды.

ПК-10. Способен аккумулировать знания в области организационно-управленческой деятельности и принимать организационно-управленческие решения, связанные с профессиональными рисками	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», D/03.6 Управление персоналом, задействованным в проведении тестирования и консультирования	Знает: порядок составления установленной отчетности Умеет: выявлять проблемы в организации проведения консультирования и тестирования, разрабатывать мероприятия по ее совершенствованию; Имеет опыт внесения предложений по разработке или модификации системы мотивации тренеров
ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	Знать: модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса; Уметь: мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин Иметь опыт формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований
ПК-13. Способен определять приоритеты при решении актуальных проблем и задач организационно-управленческой деятельности	ПС 05.003 «Тренер», D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки Н/03.7 Управление соревновательной дея-	Знает: направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки Умеет: обобщать накопленный материал в области управления психологической подготовкой; Имеет опыт применения психологических знаний в тренерской деятельности

	тельностью спортивной сборной команды	
ПК-15. Способен проводить психологическое консультирование субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	Знать: современные технологии, средства и методы командной и индивидуальной подготовки спортсменов высокого класса, организации взаимодействия в спортивной команде и критерии оценки эффективности подготовки спортивной команды. Уметь: консультировать по вопросам внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта Иметь опыт консультирования тренеров, спортсменов спортивной команды по вопросам спортивной подготовки спортивной команды
ПК-19. Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер» А/04.5 Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	Знает: предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта Умеет: использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации (в том числе на основе информационно-коммуникационных технологий) для организации и проведения теоретического занятия, тематического публичного выступления; Имеет опыт проведения индивидуальных или групповых консультаций, лекций и семинаров для тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – экзамен (4 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

Задание 1. Определите, какие из приведенных ниже утверждений относятся к коммуникативному компоненту педагогических способностей:

- а) адекватность восприятия и оценки педагогической ситуации;
- б) умение правильно ставить цель, находить способы ее реализации;
- в) умение устанавливать благоприятные взаимоотношения со спортсменами, их родителями;
- г) умение организовывать собственную деятельность и деятельность спортсменов на тренировке;
- д) умение грамотно писать

Задание 2. Определите, какие из приведенных ниже утверждений относятся к проектировочному компоненту педагогических способностей:

- а) адекватность восприятия и оценки учебного материала;
- б) умение правильно ставить цель, находить способы ее реализации;
- в) умение строить планы на завтрашний день;
- г) умение реально оценивать обстановку;
- д) умение делать выводы из своих ошибок

Задание 3. Определите по описанию демократический стиль руководства тренера:

- а) привлекает спортсменов к принятию решений, считается с их мнением, поощряет самостоятельность,
- б) все решает единолично, устанавливает жесткий контроль за выполнением своих требований,
- в) уходит от самостоятельного принятия решений, передает инициативу спортсменам или коллегам,
- г) в качестве методов воздействия использует приказ,
- д) спонтанно организует и контролирует деятельность спортсменов.

Задание 4. Определите, какие факторы обуславливают психическую напряженность в профессиональной деятельности тренера:

1. ответственность за жизнь и здоровье спортсменов,
2. необходимость участия в педсоветах
3. необходимость показа физических упражнений
4. большая физическая нагрузка
5. необходимость работать в команде

Задание 5. Определите, какая характеристика относится к педагогической направленности личности тренера:

- а) не желает работать тренером;
- б) любит работать с детьми;
- в) эмпатичен;
- г) находит эффективные подводящие упражнения для обучения двигательным действиям;
- д) не интересуется спортивно-педагогической деятельностью.

Задание 6. Выделите объективные и субъективные условия деятельности тренера, профессионально - значимые качества личности тренера (по виду спорта). Составить профессиограмму и психограмму.

Задание 7. Выделите психологические противопоказания к тренерской деятельности на различных этапах формирования профессиональной пригодности. Приведите примеры проявления профессиональных деструкций в деятельности тренера и предложите методы их коррекции.

Задание 8. Предложите методы оценки успешности профессиональной деятельности тренера и способы ее повышения.

Задание 9. Выделите трудности в решении педагогических задач (по 5 структурным компонентам деятельности тренера) и предложите способы их разрешения.

Задание 10. Установите различия в понятиях успешность и результативность профессиональной деятельности тренера.

Задание 11. Выделите факторы и предложите пути преодоления кризисов профессиональной адаптации.

Задание 12. Определите, о каком стиле руководства тренера (авторитарном, демократическом или либеральном) идет речь в примерах:

а) тренер привлекает спортсменов к принятию решений, считается с их мнением, поощряет самостоятельность, в качестве методов воздействия использует совет.

б) тренер все решает единолично, устанавливает жесткий контроль за выполнением своих требований, не учитывает педагогической ситуации и мнения спортсменов, в качестве методов воздействия использует приказ, поручение или распоряжение.

в) тренер уходит от самостоятельного принятия решений, передает инициативу спортсменам или коллегам, спонтанно организует и контролирует деятельность спортивного коллектива.

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Роль тренера в спортивной подготовке спортсмена.
 2. Особенности тренерской деятельности.
 3. Структура и содержание профессиональной деятельности тренера.
- Успешность профессиональной деятельности тренера.
4. Профессиональная пригодность к деятельности тренера.
 5. Противопоказания к тренерской деятельности, профессиональные деструкции.
 6. Профессиографический анализ деятельности тренера.
 7. Профессионально-значимые качества тренера.
 8. Психология профессионального самоопределения тренера.
 9. Профессиональный интерес и склонность к педагогической деятельности тренера.
 10. Психологические аспекты профориентации, выбор профессии.
 11. Психологическая подготовка тренера.
 12. Типичные затруднения тренера в педагогической деятельности.
 13. Готовность к профессиональной деятельности тренера.
 14. Адаптация тренера к профессиональной деятельности.
 15. Кризисы профессионального становления.
 16. Становление личности тренера в профессиональной деятельности.
 17. Типология личности тренера.
 18. Психологические основы профессионального мастерства тренера.
 19. Педагогическая направленность личности тренера.
 20. Мотивация тренерской деятельности и удовлетворенность трудом.
 21. Знания и умения в профессиональной деятельности тренера.
 22. Педагогические способности тренера.
 23. Авторитет тренера, его составляющие.
 24. Творчество в работе тренера.
 25. Руководство спортивной командой и эффективность деятельности.
 26. Психологические аспекты профессионального контакта тренера со спортсменами.
 27. Индивидуальный стиль деятельности тренера.

28. Психические состояния, проявляющиеся в профессиональной деятельности тренера.

29. Особенности профессионального стресса в деятельности тренера.

30. Профессиональное выгорание в деятельности тренера.

Критерии оценки знаний на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
3. Ильина, Н. Л. Психология тренера: учеб. пособие / Н.Л. Ильина; С.-Петербург. гос. ун-т. – СПб. : СПбГУ, 2016. – 109 с.
4. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера : учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск : БГУФК, 2014. – 238 с.
5. Мельник, Е.В. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельности: монография / Е.В.Мельник. – Минск: БГУФК, 2022. – 189 с.
6. Николаев, А.Н. Психология тренера в детско-юношеском спорте: монография / А.Н. Николаев; С.-Петербург. гос. акад. постдиплом. пед. образования. – СПб.: СПб ГАППО, 2005. – 342 с.
7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

Дополнительная:

8. Алексеев, А. В. Психология / А. В. Алексеев. – Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 192 с.
9. Бабушкин, Г.Д. Специфика деятельности тренера / Г.Д. Бабушкин; ОГИФК. – Омск, 1985. – 68 с.
10. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с.
Текст: электронный//
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
11. Белова, Е.Д. Педагогическое мастерство учителя физической культуры и тренера: учеб. пособие / Е.Д. Белова, И.С. Дятловская. – Минск, 1992. – 49 с.
12. Белорусова, В.В. Основы профессионально-педагогического мастерства преподавателя (тренера) / В.В. Белорусова, А.В. Романова, Б.А. Карпушин; ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1988. – 32 с.
13. Богданова, Д.Я. Общение тренера в условиях соревнований по спортивным играм / Д.Я. Богданова, Л.К. Доронина // Вопросы психологии спорта: сб. науч. тр. / ГДОИФК; под ред. А.Ц Пуни. – Л., 1975. – С. 79–84.
14. Буянов, В. Э. Размышления о стрельбе: со смехом и всерьез / В. Э. Буянов, Д. Ю. Минкин, В. К. Сафонов. – СПб.: Владос Северо-Запад, 2011. – 224 с.
15. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

16. Галактионов, И.Н. Педагогические способности тренера / И.Н. Галактионов // Теория и практика физ. культуры. – 1986. – № 8. – С. 35–37.
17. Ганюшкин, А.Д. Задачи, формы и методы совместной работы психолога и тренера / А.Д. Ганюшкин. – Смоленск, 1989. – 31 с.
18. Горбань, А.П. Профессионально-педагогическое мастерство тренера: метод. пособие / А.П. Горбань; МГОИФК. – Малаховка, 1988. – 33 с.
19. Григорьянц, И.А. Психологическая подготовка тренера по спортивной гимнастике: учеб. пособие / И.А. Григорьянц. – М.: РГАФК, 1995. – С. 5–18.
20. Деркач, А. А. Творчество тренера / А.А. Деркач, А.А. Исаев. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 239 с.
21. Деркач, А.А. Педагогическое мастерство тренера / А.А. Деркач, А.А. Исаев. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 375 с.
22. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
23. Корх, А.Я. Книга спортсмена, тренера и команды единомышленников / А.Я. Корх, В.А. Корх, Н.Л. Корх; Российский гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – М.: Флинта. Наука, 2004. – 368 с.
24. Кретти, Б.Д. Психология в современном спорте / Б.Д. Кретти. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.
25. Кузьменко, А. Г. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г. А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.
26. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 530 с.
27. Лалаян, А.А. О типологии тренеров в связи с особенностями их деятельности / А.А. Лалаян // Теория и практика физ. культуры. – 1981. – № 6. – С. 12–13.
28. Лалаян, А.А. Предстартовые состояния тренера / А.А. Лалаян // Психологические вопросы тренировки и готовности спортсменов к соревнованию: сб. работ ин-тов физ. культуры / редкол.: П.А. Рудик, А.Ц. Пуни, Н.А. Худадов. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – С. 120–122.
29. Лалаян, А.А. Психологические особенности профессии учителя физической культуры и тренера / А.А. Лалаян. – Ереван: Айастан, 1975. – 40 с.
30. Малкин, В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.
31. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
32. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.

33. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
34. Мельник, Е. В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова, А. Ю. Гиринская. – Витебск: ВГУ им П. М. Машерова, 2017. – 56 с.
35. Мельник, Е.В. Психология тренера (теория и практика) / Е.В. Мельник, Е.В. Силич, Н.В.Кухтова. – Витебск : ВГУ им П.М.Машерова, 2014. – 55 с.
36. Михеев, А.И. Формирование педагогического мастерства тренера: метод. разработка / А.И. Михеев. – М.: ГЦОЛШК, 1988. – 24 с.
37. Момот, Д.А. Самосознание и педагогическое мастерство тренеров: акмеологический аспект (на материалах детско-юношеского спорта): дис. ... канд. психол. наук / Д.А. Момот. – СПб., 1998. – 156 с.
38. Никитина, Е.Д. Обучение преподавателя-тренера основам педагогического мастерства / Е.Д. Никитина, И.Х. Кобер // Теория и практика физ. культуры. – 1987. – № 5. – С. 20–22.
39. Николаев, А.Н. Методики изучения личности и деятельности тренера / А.Н. Николаев; СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2003. – 70 с.
40. Николаев, А.Н. Успешность деятельности тренера / А.Н. Николаев // Теория и практика физ. культуры. – 2003. – № 12. – С. 29–32.
41. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: АСТ : Астрель : Полиграфиздат, 2011. – 864 с.
42. Певзнер, А.Е. Психологическая обусловленность вариативных форм деятельности тренеров ДЮСШ: метод. рек. / А.Е. Певзнер. – СПб.: Крисмас, 1996. – 22 с.
43. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте: учеб. для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общ. ред. А. В. Родионова. – М.: Юрайт, 2020. – 251 с.
44. Попов, Д.В. Взаимосвязь предстартовых состояний тренера и спортсмена (на материале единоборств): Дис. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / С.–Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб, 2001. – 187 с.
45. Приставкина, М.В. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера по художественной гимнастике: лекция для студентов ИФК / М.В. Приставкина. – Смоленск: СГИФК, 1989. – 32 с.
46. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
47. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.
48. Решетень, И.Н. Основы педагогического мастерства тренера: учеб. пособие / И.Н. Решетень, И.Х. Кобер, М.В. Прохорова; МГОИФК. – Малаховка, 1986. – 55 с.

49. Рогалева, Л.Н. Влияние спорта и установок тренера на личность юного спортсмена: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Л.Н. Рогалева; ВНИИФК. – М., 1999. – 20 с.

50. Савенков, Г.Н. Психологическая характеристика профессиональной деятельности спортивного тренера: метод. разработка / Г.Н. Савенков. – М.: ГЦОЛИФК, 1979. – 24 с.

51. Саная, М.В. Психологические особенности деятельности и личности тренера: лекция для студентов РГАФК / М.В. Саная. – Москва: РГАФК, 1997. – 25 с.

52. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс] / В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

53. Смоленцева, В.Н. Психология взаимодействия в спорте [Электронный ресурс] / В.Н. Смоленцева, Ю.А. Мироненко, В.А. Блинов, Н.А. Шакина ; под ред. В.Н. Смоленцевой ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 123 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459433>

54. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс] / В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

55. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

56. Терехина, Р.Н. Подготовка высококвалифицированных тренеров на основе интегрального анализа спортивной гимнастики / С.–Петерб. ГАФК им. П.Ф. Лесгафта; Р.Н. Терехина. – СПб., 1997. – 176 с.

57. Тихвинская, Е. О. Психология переживания в спорте: учеб. пособие / Е. О. Тихвинская. – СПб., 2007. – 48 с.

58. Толочек, В.А. Современная психология труда: учеб. пособие / В.А. Толочек. – СПб.: Питер, 2006. – 479 с.

59. Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп: учеб. пособие / Н.П. Фетискин. – СПб.: Питер, 2006. – 399 с.

60. Фролова, М.И. Социально–психологические компоненты модели эффективного тренера / М.И. Фролова, А.С. Морозов // Теория и практика физ. культуры. – 1981. – № 3. – С. 11–15.

61. Ханин, Ю.Л. Психология общения в спорте / Ю.Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 208 с.

62. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

63. Якимов, А.М. Основы тренерского мастерства: учеб.-метод. пособие / А.М. Якимов. – М.: Терра-Спорт, 2003 – 176 с.

64. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>

6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>

7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>

8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>

9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>

10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последу-

ющей практической профессиональной деятельности—тренинговой и преподавательской.

Курс является дисциплиной предметной подготовки и разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала. Предлагаемый курс призван обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных педагогических ситуаций; деловые игры. Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игру как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения; подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов; психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, исполь-

зуемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности

Творческие задания: Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель. Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

Очень важно, чтобы преподаватель постоянно расширял свои психологические знания, был в курсе методологических и теоретических новинок, относящихся к исследованиям в области психологии.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной ра- боты
1.	Аудитория № 310 – помеще- ние для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информа- ции. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная маг- нитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помеще- ние для занятий семинарско- го типа, групповых занятий, индивидуальных консульта- ций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помеще- ние для занятий семинарско- го типа, групповых занятий, индивидуальных консульта- ций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помеще- ние для занятий семинарско- го типа, групповых занятий, индивидуальных консульта- ций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помеще- ние для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информа- ции. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная маг- нитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный каби- нет для практикумов и тре-	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя –

	нингов по психологии и для самостоятельной работы	1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Аса-	16.08.2016	Системное ПО,

	demic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level		операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

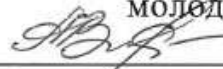
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНА

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 2

Семестр – 3

Итоговая форма контроля – экзамен (3 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	7
5. Содержание дисциплины	7
5.1 Количество часов по видам занятий.....	7
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	8
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	8
5.2.2 Содержание практических занятий.....	9
6. Самостоятельная работа	17
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	19
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	19
7.2 Типовые контрольные задания	22
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	22
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	22
7.2.3 Вопросы к экзамену.....	23
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	25
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	27
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	28
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	30

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта.

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психология личности спортсмена» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (обязательная часть) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психология личности спортсмена» состоит из трех самостоятельных разделов: психологические основы формирования личности в процессе занятий спортом, актуальные проблемы исследования личности спортсмена, личностные факторы надежности деятельности спортсмена.

Учебный процесс по дисциплине «Психология личности спортсмена» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекционных и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-3. Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.

ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.

ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-2. Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности.

ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.

ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	УК-3
– особенности индивидуальных различий спортсменов;	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6, Н/02.7, В/03.5	УК-5
– этические нормы в области спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– принципы и методы организации психоло-	ПС 05.003 «Тренер»,	ОПК-10

го-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	F/03.6	
– требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине);	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ПК-2
– критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ПК-16
– ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-20
Уметь:		
– обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	УК-3
– применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки,	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6, Н/02.7	УК-5
– использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– анализировать состояние научно-методической базы, психологического сопровождения на соответствие федеральным стандартам спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ПК-2
– использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
– проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроения занимающегося	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ПК-20
Иметь опыт:		

– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	УК-3
– использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации в соревновательной деятельности;	ПС 05.003 «Тренер», В/03.5	УК-5
– наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ПК-2
– мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-20

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психология личности спортсмена» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список обязательных дисциплин Б1.В.06.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: «Психология», «Психология физической культуры и спорта», «Введение в спортивную психологию», «Психофизиология спортивной деятельности». Дисциплина «Психология личности спортсмена» является предшествующей для следующих дисциплин: «Социальная психология спортивной деятельности» «Современные технологии психологического тренинга и Т-игр».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Введение в спортивную психологию» имеет трудоёмкость, равную 5 зачётным единицам (180 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			3
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		10	10
Лекции		2	2
Практические занятия		8	8
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (экзамен)</i>		9	9
<i>Самостоятельная работа</i>		161	161
Общая трудоемкость	Часы	180	180
	ЗЕ	5	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Психологические основы формирования личности в процессе занятий спортом.				
1.1. Личность и ее формирование в процессе занятий спортом.	22	2		20
1.2. Спортивно-важные качества спортсмена, диагностика и формирование.	22		2	20
Раздел 2. Актуальные проблемы исследования личности спортсмена.				
2.1. Методы изучения личности спортсмена.	21		1	20
2.2. Вклад отечественных и зарубежных психологов в разработку проблем изучения личности спортсмена.	21		1	20
2.3. Модельная характеристика личности сильнейшего спортсмена.	22		2	20
Раздел 3. Личностные факторы надежности деятельности спортсмена.				
3.1. Надежность спортивной деятельности, факторы ее обуславливающие.	21		1	20
3.2. Индивидуальный стиль спортивной деятельности.	21		1	20

3.3. Управление психической надежностью спортсмена высшей квалификации.	21			21
Экзамен	9			
Всего:	180	2	8	161

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (2 часа)

Раздел 1. Психологические основы формирования личности в процессе занятий спортом

Тема 1.1. Личность и ее формирование в процессе занятий спортом (2 часа)

1. Формирование личности в многолетнем учебно-тренировочном процессе.
2. Воспитание в спорте, организация идейно-воспитательной работы на учебно-тренировочных сборах со спортсменами.
3. Личность спортсмена в системе общественных отношений.
4. Деформации личности спортсмена.
5. Структура личности спортсмена.

Литература:

1. Вяткин, Б.А. Интегральная индивидуальность человека и ее развитие / Б. А. Вяткин. – М. : Ин-т психологии РАН, 1999. – 328 с.
2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
4. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
5. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
6. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. — СПб.: Питер, 2002. — 384 с: ил. —

(Серия «Хрестоматия по психологии»). ISBN 5-318-00591-8 – Текст : электронный — URL: https://sportschool51.murm.sportsng.ru/media/2020/06/18/1254748058/Xrestomatiya_Sportivnaya_psixologiya_SPb_2002_384_s._1_compressed.pdf

7. Хьелл, Л. Теория личности: Основные положения, исследования и применение / Л.Хьелл, Д. Зиглер. – СПб., 2003. – 608 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: понятий личности спортсмена, ее структуры, особенностей проявления характеристик человека как индивида, субъекта, личности и индивидуальности;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, осуществлять постановку актуальных задач формирования личности спортсменов, определять личностные деформации у спортсменов;

навыков: работы с научно-методической литературой, применения воспитательных задач для формирования личности спортсмена, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 2, 16, 20).

5.2.2. Содержание практических занятий

Раздел 1. Психологические основы формирования личности в процессе занятий спортом.

Тема 1.3. Спортивно-важные качества спортсмена, диагностика и формирование (2 часа)

Практическое занятие №1

Ход занятия: Спортивно-важные качества спортсмена. Этапы формирования спортивно-важных качеств спортсмена (Н.Б.Самбулова). Самооценка спортсмена и уровень притязаний, факторы влияющие на уровень самооценки спортсмена, успешность спортивной деятельности.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: супер-качества «личность-системы» спортсмена-чемпиона: концентрация, установка-мотивация, профессионализм, «замаскированность», «ритуализм», «сопротивляемость», стабильность (Р.М. Загайнов); формирование самооценки спортсмена.

Групповая дискуссия на тему: «Проявление ритуализма и замаскированности у спортсменов высокого класса», «Взаимосвязь самооценки и уровня притязаний с успешностью деятельности».

Диагностика самооценки и уровня притязаний спортсмена.

Литература:

1. Веневцева, Ю.Л. Опросник «Большая пятерка» в оценке личностных характеристик спортсменов разных видов спорта [Электронный ресурс] / Ю.Л.Веневцева, Д.Е.Елисеев, Е.А.Макарова. – URL: www.sportmedicine.ru/medforsport-2013/venevtseva.php (дата обращения: 20.05.2024)

2. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.

3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

6. Сохликова, В.А. Самооценка спортсмена: Путь к победе: монография / В. А. Сохликова. – СПб. : «Реноме», 2021. – 176 с.

7. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

8. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. — СПб.: Питер, 2002. — 384 с: ил. — (Серия «Хрестоматия по психологии»). ISBN 5-318-00591-8 — Текст : электронный — URL: https://sportschool51.murm.sportsng.ru/media/2020/06/18/1254748058/Xrestomatiya_Sportivnaya_psixologiya_SPb_2002_384_s.1_compressed.pdf

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: спортивно-важных качеств личности спортсмена, этапов формирования спортивно-важных качеств, качеств личности спортсменов высокого класса;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, осуществлять постановку актуальных задач формирования спортивно-важных качеств личности спортсменов;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения спортивно-важных качеств личности спортсмена.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 2, 16, 20).

Раздел 2. Актуальные проблемы исследования личности спортсмена

Тема 2.1. Методы изучения личности спортсмена (1 час)

Практическое занятие №2

Ход занятия: Методологические основы исследования личности спортсмена. Ресурсный, деятельностный и системный подходы в исследовании личности спортсмена. Наблюдение и эксперимент в исследовании личности спортсмена. Психодиагностические методы в исследовании личности спортсмена (опросники, мотивирующие опросники, проективные). Биографический метод в исследовании личности спортсмена.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: проективные методы изучения личности спортсмена, практическое использование методов изучения личности спортсмена.

Групповая дискуссия на тему: «Инновационные методы изучения личности спортсмена».

Литература:

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>

2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.

6. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности : учеб. пособие / А. А. Реан ; Санкт-Петербург. ун-т. – СПб., 2001. 221 с.

7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебн. пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

8. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

9. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. — СПб.: Питер, 2002. — 384 с: ил. —

(Серия «Хрестоматия по психологии»). ISBN 5-318-00591-8 – Текст : электронный — URL: https://sportschool51.murm.sportsng.ru/media/2020/06/18/1254748058/Xrestomatiya_Sportivnaya_psixologiya_SPb_2002_384_s._1_compressed.pdf

10. Хьелл, Л. Теория личности: Основные положения, исследования и применение / Л.Хьелл, Д. Зиглер. – СПб., 2003. – 608 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных методов изучения личности спортсмена, возможностей их использования в практике спорта, инновационных методов;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологии личности спортсмена, выделять достоинства и недостатки эмпирических методов исследования;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 2, 16, 20).

Тема 2.2. Вклад отечественных и зарубежных психологов в разработку проблем изучения личности спортсмена (1 час)

Практическое занятие №2

Ход занятия: актуальные проблемы исследования личности спортсмена, вклад отечественных и зарубежных психологов в разработку проблем изучения личности спортсмена (анализ научных трудов).

Презентация на тему: «Вклад ученого в разработку проблем изучения личности спортсмена».

Литература:

1. Вяткин, Б.А. Интегральная индивидуальность человека и ее развитие / Б. А. Вяткин. – М. : Ин-т психологии РАН, 1999. – 328 с.

2. Журнал «Психология и педагогика спортивной деятельности» («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

3. Кретти, Б. Д. Психология в современном спорте / Б. Д. Кретти ; пер: Ю. Л. Ханнин. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 222 с.

4. Найдиффер, Р. М. Психология соревнующегося спортсмена / Р. М. Найдиффер ; пер. А. Н. Романина. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 244 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

7. Сингер Р. Н. Мифы и реальность в психологии спорта / Р.Н.Сингер; пер. с англ. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 152 с.

8. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

9. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. — СПб.: Питер, 2002. — 384 с: ил. — (Серия «Хрестоматия по психологии»). ISBN 5-318-00591-8 – Текст : электронный — URL: https://sportschool51.murm.sportsng.ru/media/2020/06/18/1254748058/Xrestomatiya_Sportivnaya_psixologiya_SPb_2002_384_s.1_compressed.pdf

10. Уэйнберг, Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев : Олимп. лит., 1998. – 335 с.

11. Хьелл, Л. Теория личности: Основные положения, исследования и применение / Л.Хьелл, Д. Зиглер. – СПб., 2003. – 608 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: вклада отечественных и зарубежных психологов в разработку проблем изучения личности спортсмена;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, выделять основные идеи исследователей личности спортсменов;

навыков: работы с научно-методической литературой, применения основных идей отечественных и зарубежных спортивных психологов в изучении личности спортсмена.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 2, 16, 20).

Тема 2.3. Модельная характеристика личности сильнейшего спортсмена (2 часа)

Практическое занятие №3

Ход занятия: «Личностные профили» спортсменов различных видов спорта и квалификации. Типология спортсменов-чемпионов. Определение перспектив и проблем спортсмена. Модели типичного и эталонного спортсмена. Актуальные и потенциальные психические особенности спортсмена.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблеме: индивидуализация психологической подготовки с учетом особенностей личности спортсмена.

Групповая дискуссия на тему: «Личность выдающихся спортсменов различных стран».

Литература:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под

редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

5. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. — СПб.: Питер, 2002. — 384 с: ил. — (Серия «Хрестоматия по психологии»). ISBN 5-318-00591-8 — Текст : электронный — URL: https://sportschool51.murm.sportsng.ru/media/2020/06/18/1254748058/Xrestomatiya_Sportivnaya_psixologiya_SPb_2002_384_s.1_compressed.pdf

6. Стамбулова, Н. Б. Психология спортивной карьеры : учеб. пособие / Н. Б. Стамбулова. — СПб. : Центр карьеры, 1999. — 368 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: понятий личностного профиля спортсмена, модельной характеристики личности сильнейших спортсменов;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, определять модель типичного и эталонного спортсмена;

навыков: работы с научно-методической литературой, разработки программ индивидуализации психологической подготовки с учетом личности спортсмена.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 2, 16, 20).

Раздел 3. Личностные факторы надежности деятельности спортсмена

Тема 3.1. Надежность спортивной деятельности, факторы ее обуславливающие (1 часа)

Практическое занятие №4

Ход занятия: Понятие о надежности в спортивной деятельности. Биомеханический, медико-биологический и психологический факторы надежности деятельности спортсмена. Компоненты психической надежности. Общие свойства личности и поведение в экстремальных ситуациях.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: соревновательная надежность спортсмена.

Диагностика психической надежности спортсмена (опросник В.Э. Мильмана)

Групповая дискуссия на тему: «Психическая надежность спортсмена».

Литература:

1. Данилина, Л. Н. Проблема психической надёжности в спорте : учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / Л. Н. Данилина, В. А. Плахтиенко. – М. : ГЦОЛИФК, 1980. – 56 с.
2. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
4. Сафонов В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха. / В.К. Сафонов. – М.: Спорт, 2017. – 288 с. — Текст : электронный https://www.powerskater.ru/ssl/u/6f/5b0290508011ee8870f9f4f4207bb3/-/Safonov_V_Psihologiya_Sportsmena_Sl.a4.pdf (дата обращения: 16.05.2024).
5. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
6. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
7. Стресс и тревога в спорте : междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханнин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: понятия надёжности в спортивной деятельности, ее структуры, факторов и видов, особенностей проявления психической надёжности спортсмена;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат теории надёжности спортивной деятельности, осуществлять постановку актуальных задач формирования психической надёжности спортсменов;

навыков: работы с научно-методической литературой, использования методов изучения психической надёжности в спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 2, 16, 20).

Тема 3.2. Индивидуальный стиль спортивной деятельности (1 час)

Практическое занятие №4

Ход занятия: понятие индивидуального стиля спортивной деятельности, классификация индивидуального стилей.

Диагностика индивидуального стиля соревновательного поведения (опросник В.Э.Мильмана) и стиля саморегуляции (опросник В.И.Моросановой)

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблеме: особенности проявления индивидуального стиля спортивной деятельности в различных видах спорта, его взаимосвязь с типологическими особенностями личности.

Групповая дискуссия на тему: «Формирование индивидуального стиля спортивной деятельности».

Литература:

1. Вяткин, Б.А. Интегральная индивидуальность человека и ее развитие / Б. А. Вяткин. – М. : Ин-т психологии РАН, 1999. – 328 с.

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.

3. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

4. Моросанова В.И. Психология саморегуляции: учебн. пособие / В.И. Моросанова. – М.: МГППУ; СПб: Нестор-История, 2012. 277 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

7. Стресс и тревога в спорте : междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.

8. Толочек, В.А. Проблема индивидуального стиля деятельности в психологии: прошлое, настоящее и будущее / В. А. Толочек // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2010. №2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-individualnogo-stilya-deyatelnosti-v-psihologii-proshloe-nastoyashee-i-budushee> (дата обращения: 27.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: индивидуального стиля спортивной деятельности, его видов;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, определять проявления индивидуального стиля соревновательного поведения у спортсменов;

навыков: работы с научно-методической литературой, применения воспитательных задач для формирования индивидуального стиля спортивной деятельности, использования методов изучения стиля саморегуляции и соревновательного поведения.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 2, 16, 20).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Личность и ее формирование в процессе занятий спортом.	20	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Спортивно-важные качества спортсмена, диагностика и формирование	20	Письменная работа. Устное собеседование
3.	Методы изучения личности спортсмена.	20	Письменная работа.
4.	Вклад отечественных и зарубежных психологов в разработку проблем изучения личности спортсмена.	20	Письменная работа.
5.	Модельная характеристика личности сильнейшего спортсмена.	20	Презентация
6.	Надежность спортивной деятельности, факторы ее обуславливающие.	20	Устное собеседование
7.	Индивидуальный стиль спортивной деятельности.	20	Выступление на занятиях, дискуссия
8.	Управление психической надежностью спортсмена высшей квалификации.	21	Письменная работа.
Итого		161	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. — 257 с.

Дополнительная:

6. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск: Издательство СибГУФК, 2012. — 328 с. — Текст: электронный// — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>

7. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. — М.: Советский спорт, 2010 — 232 с.

8. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. — М.: Прометей, 2013. — 530 с.

9. Малкин, В. Спорт — это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. — Москва: Спорт, 2015. — 176 с. — Текст: электронный//—URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

10. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

11. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. — Москва: Спорт, 2017. — 289 с. — Текст: электронный//—URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

12. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539186>.

13. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. — СПб. : Питер, 2002. — 384 с.

14. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б. Стамбулова. — СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. — 368 с.

15. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. — Москва : Спорт, 2016. — 624 с. — Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

Темы рефератов:

1. Свойства темперамента спортсмена и их взаимосвязь с успешностью спортивной деятельности.
2. Волевая сфера личности спортсмена.
3. Психомоторная сфера личности спортсмена.
4. Эмоциональная сфера личности спортсмена.
5. Потребностно-мотивационная сфера личности спортсмена.
6. Направленность личности спортсмена.
7. Самосознание личности спортсмена.
8. Уровень притязаний спортсмена.
9. Агрессивность спортсмена.
10. Психологические особенности женщин-спортсменок.
11. Психологические особенности мужчин-спортсменов.
12. Интеллект спортсмена.
13. Проявление индивидуальности спортсмена в соревновательном поведении.
14. Психологические ресурсы спортсмена.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-3. Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды; Умеет: обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.
УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знает: особенности индивидуальных различий спортсменов; Умеет: использовать систему стимулирования для формирования мотивации спортсменов, специалистов спортивной сборной команды Имеет опыт использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации

	Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды В/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	в соревновательной деятельности
ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях; Имеет опыт наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников.
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.003 «Тренер» Е/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды.
ПК-2. Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Н/05.8 Руководство процессом централизованной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	Знает: требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине); Умеет: анализировать состояние научно-методической базы, психологического сопровождения на соответствие федеральным стандартам спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного про-

деятельности.		цесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине
ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Умеет: использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Имеет опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.
ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.	ПС 05.003 «Тренер» Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды С/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	Знает: ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды; Умеет: проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроения занимающегося; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – экзамен (3 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Определите тип темперамента спортсмена.

А. Действия спортсмена резки и порывисты. Он отличается повышенной впечатлительностью, возбудимостью, большой эмоциональностью. Очень энергичен, инициативен, принципиален. При возникающих трудностях часто проявляет раздражительность, агрессивность.

Б. Спортсмена отличают колебания и осторожность в решениях. Его реакция часто не соответствует силе раздражителя. Ему трудно на чем-то сосредоточиться. Сильные воздействия часто вызывают продолжительную тормозную реакцию. Замкнут, к новым условиям приспосабливается с трудом.

В. Обычным состоянием этого спортсмена является спокойствие и тихая удовлетворенность окружающим. Ему чужда тревога, он редко выходит из себя, ровен и спокоен, не склонен к аффектам. Новые формы поведения у спортсмена вырабатываются медленно, но являются стойкими.

Г. Спортсмена отличает приподнятое расположение духа. Он активен и легко приспосабливается к новым условиям, общителен. Его мимика богатая, подвижная, выразительная. При отсутствии серьезных целей у него вырабатываются поверхностность и непостоянство.

2. Исходя из описаний предпочитаемых видов спорта и особенностей поведения в тренировочной и соревновательной деятельности, определить тип темперамента спортсмена. Сформулируйте рекомендации для индивидуализации подготовки этого спортсмена.

Спортсмен этого типа темперамента предпочитает высокоэмоциональные виды спорта (баскетбол, спринт), интенсивные и темповые движения. Они охотно и с увлечением начинают заниматься избранным видом спорта, но энтузиазм быстро исчезает. Такие спортсмены неохотно выполняют длительную тренировочную работу на силу и выносливость, но способны многократно повторять трудное и опасное упражнение, если оно вызвало интерес. Их соревновательные результаты недостаточно стабильны.

3. Назовите стили деятельности и свойства нервной системы их обуславливающие.

А. Стили, связанные с распределением сил на дистанции (гребля, легкая атлетика, велоспорт):

Б. Исполнительские стили деятельности (художественная гимнастика):

В. Стили, характеризующие предпочитаемую тактику ведения спортивной борьбы (бокс, фехтование, борьба, теннис):

4. Определите о каком психологическом явлении идет речь?

А. Это комплексное внутреннее свойство, которое позволяет спортсмену стабильно и эффективно выступать на ответственных соревнованиях в течение определенного времени.

Б. Свойство личности, способствующее сохранению физической, психической работоспособности при воздействии эмоциогенных факторов.

В. Индивидуально-психологические особенности личности, формирующиеся и развивающиеся в процессе овладения специфической спортивной деятельностью и являющиеся предпосылками ее успешности.

Г. Совокупность устойчивых, индивидуально-своеобразных свойств человека, определяющих динамику его психической деятельности.

5. Охарактеризуйте надежность спортсмена А.Белова.

Какие факторы надежности проявляются в данном описании?

Правильно ли проведен спортивный отбор в данном случае?

«С Александром Беловым и игра была – сказка. Как сам Сергей (Тараканов) со светлой грустью вспоминал о тех временах – таким эффективным в передачах он себя больше не знал. Любой мяч, который бросался в сторону Белова, доходил до назначения. Тараканов не был мастером бросков под щит, но Белов никогда не выговаривал ему за не совсем удачно посланный мяч – он эти мячи ловил. Все до одного, хотя его меньше двух игроков никогда не держали. А уж поймав мяч, Белов знал, что с ним делать».

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Личность и ее формирование в процессе занятий спортом.
2. Влияние спорта на формирование человека как индивида, субъекта, личности и индивидуальности.
3. Воспитание в спорте, организация идейно-воспитательной работы на учебно-тренировочных сборах со спортсменами.
4. Личность спортсмена в системе общественных отношений.
5. Деформации личности спортсмена.

6. Самооценка спортсмена,
7. Методики диагностики самооценки спортсмена
8. Формирование самооценки спортсмена.
9. Структура личности спортсмена.
10. Спортивно-важные качества спортсмена.
11. Супер-качества спортсмена-чемпиона: концентрация, установка-мотивация, профессионализм, стабильность (Р.М. Загайнов).
12. Супер-качества спортсмена-чемпиона: «замаскированность», «ритуализм», «сопротивляемость», (Р.М. Загайнов).
13. Актуальные проблемы исследования личности спортсмена.
14. Методологические основы исследования личности спортсмена.
15. Методы изучения личности спортсмена.
16. Вклад отечественных психологов в разработку проблем изучения личности спортсмена.
17. Вклад зарубежных психологов в разработку проблем изучения личности спортсмена.
18. «Личностные профили» спортсменов различных видов спорта и квалификации.
19. Типология спортсменов-чемпионов.
20. Личность выдающихся спортсменов различных стран.
21. Модельная характеристика личности сильнейшего спортсмена.
22. Определение перспектив и проблем спортсмена.
23. Модели типичного и эталонного спортсмена.
24. Актуальные и потенциальные психические особенности спортсмена.
25. Индивидуализация психологической подготовки с учетом особенностей личности спортсмена.
26. Понятие о надежности в спортивной деятельности, факторы ее обуславливающие.
27. Психическая надежность спортсмена.
28. Компоненты психической надежности.
29. Диагностика психической надежности спортсмена.
30. Личностные факторы регуляции спортивной деятельности и их диагностика (В.Э. Мильман).
31. Индивидуальный стиль спортивной деятельности, его классификация.
32. Формирование индивидуального стиля спортивной деятельности.
33. Индивидуальный стиль саморегуляции поведения спортсмена.
34. Диагностика индивидуального стиля спортивной деятельности.
35. Общие свойства личности и поведение в экстремальных ситуациях.
36. Специальные свойства личности в спортивной деятельности: соревновательная эмоциональная устойчивость, спортивная саморегуляция, соревновательная мотивация, стабильность-помехоустойчивость.
37. Изучение психической надежности в различных видах спорта.

38. Управление психической надежностью спортсмена высшей квалификации.
39. Прогнозирование надежности деятельности спортсмена.
40. Взаимосвязь особенностей личности с успешностью спортивной деятельности.

Критерии оценки знаний на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под

редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

3. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

4. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. — 257 с.

Дополнительная:

6. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. — Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

7. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. — Текст: электронный// — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>

8. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учеб. пособие / Л.П. Грибкова. – Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010. – 152 с.

9. Загайнов, Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010 – 232 с.

10. Ильин Е. П. Психология риска / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 288 с. — URL: https://vk.com/wall-144549152_2856

11. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 530 с.

12. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
13. Психографический анализ спортивной деятельности и классификация психических качеств, определяющих уровень выступлений спортсменов на соревнованиях : метод. рекомендации / сост. М. В. Ермолаева, Н. А. Худадов ; Всесоюз. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – М., 1983. – 20 с.
14. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
15. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
16. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539186>.
17. Смоленцева, В.Н. Психология взаимодействия в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Ю.А. Мироненко, В.А. Блинов, Н.А. Шакина ; под ред. В.Н. Смоленцевой ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 123 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459433>
18. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 384 с.
19. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б. Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.
20. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Курс является дисциплиной предметной подготовки и разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала. Предлагаемый курс призван обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных ситуаций; деловые игры. Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя и обучающихся, а прежде всего их взаимная детерминация.

В процессе обучения используется метод самостоятельного изучения вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

- 1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;
- 2) психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности

Творческие задания:

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель.

Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консульта-	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная

	ций; текущего контроля и промежуточной аттестации	магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект

			приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
ТРЕНИНГА И Т-ИГР**

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 2

Семестр – 4

Итоговая форма контроля – зачёт (4 семестр)

Рабочую программу разработала:
Смолдовская И.О., к.пед.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	7
5. Содержание дисциплины	7
5.1 Количество часов по видам занятий.....	7
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	8
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	8
5.2.2 Содержание практических занятий.....	9
6. Самостоятельная работа	14
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	17
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	17
7.2 Типовые контрольные задания	21
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	21
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	21
7.2.3 Вопросы к зачету.....	22
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	24
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	26
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	27
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	29

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Современные технологии психологического тренинга и Т-игр» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (обязательная часть) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачёт.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Современные технологии психологического тренинга и Т-игр» состоит из двух самостоятельных разделов: основы психологического консультирования; основные модели и направления психологического консультирования. Учебный процесс по дисциплине «Современные техноло-

гии психологического тренинга и Т-игр» осуществляется на аудиторных занятиях в форме практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-3. Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-4. Способность применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.

ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.

ОПК-5. Способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.

ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена.

ПК-8. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок.

ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности.

ПК-15. Способен проводить психологический тренинг с субъектами спортивной деятельности.

ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		

– технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	УК-3
– методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	УК-4
– этические нормы в области спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4, 5
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-1
– технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6	ПК-8
– модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– современные технологии, средства и методы командной и индивидуальной подготовки спортсменов высокого класса, организации взаимодействия в спортивной команде и критерии оценки эффективности подготовки спортивной команды.	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-15
– критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ПК-16
Уметь:		
– обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	УК-3
– пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6	УК-4
– использовать методы психологической	ПС 05.003 «Тренер»,	ОПК-4

поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях;	С/04.6	
– формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6	ОПК-5
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», Ф/03.6	ОПК-10
– вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», Д/04.6	ПК-1
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий;	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6	ПК-8
– мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;	ПС 05.003 «Тренер», Д/04.6	ПК-11
– консультировать по вопросам внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-15
– использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
Иметь опыт:		
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	УК-3
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	УК-4

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Современные технологии психологического тренинга и Т-игр» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список обязательных дисциплин Б1.В.08.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: психология, психология физической культуры. Дисциплина «Современные технологии психологического тренинга и Т-игр» является дополняющей практические дисциплины: психология спортивной карьеры, социальная психология спортивной деятельности, психические состояния в спорте.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Современные технологии психологического тренинга и Т-игр» имеет трудоёмкость, равную 3 зачётным единицам (108 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			4
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		10	10
Лекции		2	2
Практические занятия		8	8
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (зачёт)</i>		4	4
<i>Самостоятельная работа</i>		84	84
Общая трудоемкость	Часы	108	108
	ЗЕ	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Основы организации тренингов				
1.1.Социально-психологический тренинг как метод практической психологии	14	2		12
1.2.Психологические особенности тренинговой группы, типология. Тренинговая динамика. Подготовка к тренингу	6		2	4

1.3. Ведущие тренинговой группы	6			6
1.4. Организационно-методические аспекты проведения тренинга	6			6
Раздел 2. Практика применения психологического тренинга в спорте				
2.1. Стратегии, технологии и приемы работы со спортсменами различных возрастных групп.	6			6
2.1. Инструментарий тренингов. Разогревающие игры и психотехники.	6		2	4
2.2. Социальная перцепция в тренинге.	4			6
2.3. Игры и психотехники социально-перцептивной направленности.	12			10
2.4. Стратегии, технологии и приемы работы со спортсменами различных возрастных групп.	32		2	30
2.5. Стратегии, технологии и приемы работы с участниками спортивной деятельности.	8		2	6
Зачёт	4			4
Всего:	108	2	8	94

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (2 часа)

Раздел 1. Основы организации тренингов

Тема 1. Психологический тренинг как метод практической психологии

Общее представление о тренинговом методе и его целях. Принципы реализации тренинговых методов. Этапы подготовки и проведения тренинга. Возможные ошибки психолога при использовании методов в тренинге. Задачи психологического тренинга. Технология создания тренинга. Методы и технологии тренинговой работы.

Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).

2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

5. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

7. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ проведения тренинга как вида психологической помощи, основных этапов и методов тренинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения участников спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 5, 10), профессиональных (ПК – 1, 8, 11, 15, 16).

5.2.2. Содержание практических занятий (8 часов)

Практическое занятие 1. Психологические особенности тренинговой группы. Тренинговая динамика.

1. Формирование групповой структуры
2. Основные типологии тренинговых групп.
3. Критерии выделения типов тренинговых групп, проблемы критериев.
5. Групповые нормы в тренинге.

Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsiipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).
2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
5. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>
6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
7. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ проведения тренинга как вида психологической помощи, основных этапов и методов тренинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения участников спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 5, 10), профессиональных (ПК – 1, 8, 11, 15, 16).

Раздел 2. Практика применения психологического тренинга в спорте

Практическое занятие 2. Инструментарий тренингов. Разогревающие игры и психотехники.

1. Упражнения, способствующие запуску групповой динамики.
2. Игровой метод в социально-психологическом тренинге.

Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsiipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).
2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
5. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>
6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
7. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний основ проведения тренинга как вида психологической помощи, основных этапов и методов тренинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения участников спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 5, 10), профессиональных (ПК – 1, 8, 11, 15, 16).

Практическое занятие 3. Стратегии, технологии и приемы работы со спортсменами различных возрастных групп.

1. Психологические особенности спортсменов начального этапа подготовки. Стратегии, технологии и приемы работы в тренинге.

2. Психологические особенности спортсменов этапа специализации. Особенности сопровождения психического развития подростков. Стратегии, технологии и приемы работы в тренинге. Задачи психологического обучения в ходе тренинга расширения ролевого репертуара подростков.

3. Психологические особенности спортсменов этапа спортивного совершенствования подготовки. Стратегии, технологии и приемы работы в тренинге.

Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).

2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

5. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

7. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ проведения тренинга как вида психологической помощи, основных этапов и методов тренинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения участников спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 5, 10), профессиональных (ПК – 1, 8, 11, 15, 16).

Практическое занятие 4. Стратегии, технологии и приемы работы с участниками спортивной деятельности.

1. Содержание, особенности и структура тренинга спортивных тренеров.
2. Организационные условия проведения тренинга управленческих умений. Функции и умения лидера. Особенности проведения тренинга лидерства.
3. Содержание и структура тренинга родителей спортсменов. Взаимодействие детей и родителей. Работа с эмоциями, личностными убеждениями детей, развитие их коммуникативных навыков в ходе тренинга эффективного взаимодействия детей и родителей.

Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).

2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

5. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-

юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

7. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ проведения тренинга как вида психологической помощи, основных этапов и методов тренинга;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения участников спортивной деятельности.

Формирование универсальных компетенций (УК – 3, 4), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 5, 10), профессиональных (ПК – 1, 8, 11, 15, 16).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Тренинг вид психологической помощи участников спортивной деятельности	14	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Технология психологического тренинга для спортивных судей	14	Письменная работа. Устное собеседование
3.	Техники психологического тренинга спортсменов в рамках различных направлений, подходов и психологических школ.	20	Презентация
4.	Сущность, сходства, различия в различных видах игр (игры-переживания, игры-драмы, творческие игры, спонтанно-импровизационные игры) в тренинге.	14	Письменная работа.
5.	Разработка упражнений для тренинга с целью повышения рефлексии спортивных	16	Письменная работа.

	тренеров и родителей спортсменов		
6.	Организация психологического тренинга в полисубъектном взаимодействии («тренер-спортсмен»)	16	Письменная работа. Устное собеседование
Итого		94	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/
3. Левкин, В. Е. Социально-психологический тренинг для психолога [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. Е. Левкин. – М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 209 с. – Библиогр.: с. 195–203. – ISBN 978-5-4475-8755-0. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450202>.
4. В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
5. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
6. Ростомашвили, И. Е. Психологический тренинг партнерского общения подростков с ограниченными возможностями здоровья при инклюзивном обучении [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / И. Е. Ростомашвили, Т. А. Колосова. – Санкт-Петербург : КАРО, 2014. – 96 с. – (Психологический взгляд). – Библиогр.: с. 70–72. ISBN 978-5-9925-0960-1. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=462584>.
7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
8. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
9. Цветкова, Л. А. Групповая работа с детьми и подростками [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л. А. Цветкова, Т. Г. Яничева ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. – 56 с. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-288-05689-5. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457936>.
10. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ.

ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

11. Энциклопедия социальных практик [Электронный ресурс] / Под редакцией Е. И. Холостовой, Г. И. Климантовой. - 2-е изд. - М.: Издательско-торговая корпорация "Дашков и К-", 2013. - 660 с.
<http://znanium.com/bookread.php?book=430523>

Дополнительная:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с.
– Текст: электронный//
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.

3. Бондаренко, А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф.Бондаренко. – М.: «Независимая фирма «Класс», 2001. – 335 с.

4. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. - М. : Советский спорт, 2010. - 158 [2] с. : портр., табл., граф. - (Атланты спортивной науки). - Библиогр.: с. 154-159.

5. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.

6. Кузьменко, Г. А. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г.А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.

7. Линдсей Дж. Межнациональное регулирование этических вопросов и разработка Мета-кодекса этики EFPA / Дж. Линдсей // Национальный психологический журнал. – 2012. – №1(7). – С. 33–41.

8. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс] : очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул. - М. : Советский спорт, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805212.html>

9. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

10. Психология современного спорта высших достижений : Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>

11. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
12. Сохликова, В.А. Работа психолога в рамках запроса на психологическую помощь в спорте / В.А.Сохликова // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. – Т. 3. – 2023 · – № 2, – С. 98–111. — Текст : электронный — URL: <https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/123658/1/avsp-2-2023-10.pdf>
13. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б, Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.
14. Этика для европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского издания И. Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.
15. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М.: Советский спорт, 2006. – 163 с.

Темы рефератов:

1. Психологический тренинг со спортсменами, заканчивающими свою карьеру.
2. Психологический тренинг со спортсменами с ограниченными возможностями.
3. Психологический тренинг работы со страхами в спорте.
4. Психологический тренинг работы с уверенностью спортсмена.
5. Критерии и оценка эффективности психологического тренинга в спорте.
6. Сопротивление в психологическом тренинге.
7. Перенос и контрперенос в психологическом тренинге.
8. Сущность, особенности и содержание методов в тренинге: «метод регрессии», «метод обмена опытом», «метод концентрации присутствия», «метод групповой рефлексии», «метод построения диспозиций».

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-3. Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе	ПС 05.003 «Тренер» Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью	Знает: технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды; Умеет: обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде;

системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	спортивной сборной команды	Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спорт. соревнований.
УК-4. Способность применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7 Обеспечение условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей	Знает: методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста. Умеет: пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта
ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях; Имеет опыт наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников.
ОПК-5. Способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Имеет опыт проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных нарушениях спортивных правил
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»,	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-

сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	Н/05.8 Руководство процессом централизованной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.
ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена	ПС 05.003 «Тренер» D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	Знает: способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена; Умеет: вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях; Имеет опыт проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям
ПК-8. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знает: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	Знает: модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса; Умеет: мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результа-

		тов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин Имеет опыт формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований
ПК-15. Способен проводить психологическое консультирование субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6 Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды E/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	Знает: современные технологии, средства и методы командной и индивидуальной подготовки спортсменов высокого класса, организации взаимодействия в спортивной команде и критерии оценки эффективности подготовки спортивной команды. Умеет: консультировать по вопросам внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта Имеет опыт проведения тренингов тренеров, спортсменов спортивной команды по вопросам спортивной подготовки спортивной команды
ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Умеет: использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Имеет опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – экзамен (1 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. *Осознанное отношение к групповой динамике тренинга является сущностью метода в тренинге*

А. «Метод регрессии».

Б. «Метод концентрации присутствия».

В. «Метод групповой рефлексии».

2. *Основателем классического психоанализа является:*

А. А. Адлер.

Б. К. Роджерс.

В. З. Фрейд.

3. *Ключевое понятие индивидуальной психологии:*

А. «комплекс неполноценности».

Б. коллективное бессознательное.

В. точка фиксации.

4. Основные техники работы в телесно-ориентированном подходе:

А. «стабилизация», «укоренение», напряженные позы.

Б. «заземление», «распускание», визуализация.

В. «укоренение», напряженные позы, «заземление», «центрирование»

5. Ключевые понятия гештальтподхода:

А. Психологический климат.

Б. Экстраверсия-интроверсия.

В. Фигура и фон, слияние.

6. Для описания особенностей взаимодействия психотерапевта с клиентом в клиент-центрированном подходе используется метафора:

А. Фигуры и фона.

Б. Сада и садовника

В. «Вщемленного аффекта».

7. Техники человеко-центрированного подхода:

А. Обобщения, сократовского диалога, нажатия кнопки

Б. Эмпатических ответов, рефлексивных ответов, метафоры

В. Активного воображения, метафоры,

8. Основные понятия экзистенциального консультирования:

А. Встреча, переживание, подлинность, ценность

Б. Переживание, личность, событие, контакт

В. Встреча, перенос, диалог, экран

9. Понятие и теория поведенческого подхода связаны со следующими именами:

А. Павлов, Перлз, Скиннер

Б. Бехтерев, Вольпе, Роджерс

В. Павлов, Скиннер, Вольпе

10. Мысли, которые появляются спонтанно и вызываются различными обстоятельствами, называются:

А. Естественные

Б. Автоматические

В. Иррациональные

7.2.3 Вопросы к зачёту

1. Дайте определение и классификацию социально-психологического тренинга.

2. Назовите авторов, чьи концептуальные положения легли в основу создания групповой работы.

3. Групповая динамика и этапы тренингового процесса.
4. Перечислите основные виды тренинговых групп, выделите их отличительные особенности.
5. Каковы групповые нормы и принципы формирования тренинговых групп?
6. Перечислите фазы тренинга и укажите цель каждой.
7. Дайте определение групповой динамики и раскройте этапы тренингового процесса.
8. Перечислите профессионально важные качества тренера. Профессиональная подготовка тренера. Функции ведущего.
9. Каков алгоритм создания тренинга.
10. Планирование тренинга и составление тренинговой программы.
11. Специфика комплектации группы. Основные параметры группы.
12. Правила организации тренинга.
13. Активные групповые методы. Характеристика дискуссионных методов.
14. Активные групповые методы. Характеристика сенситивного тренинга.
15. Фактор интерпретации и вербальной обратной связи.
16. Невербальная коммуникация.
17. Сказка, миф, метафора, притча и их использование в тренинге.
18. Тренинги управления конфликтами в спорте.
19. Ошибки ведущего при проведении тренинга и раскройте их сущность.
20. Функции игры в тренинге. Содержание, отличия между играми-переживаниями, играми-драмами, творческими играми, спонтанно-импровизационными играми.
21. Раскройте содержание понятия «метод группового решения проблем» в тренинге. Приведите примеры конкретного воплощения этого метода.
21. Метафора. Раскройте соотношение понимания, интерпретации и объяснения метафоры. Приведите примеры.
22. Тренинг спортивных тренеров и его особенности, содержание и структура. Особенности проведения тренинга лидерства тренера.
23. Девятишаговая модель подготовки к тренингу.
24. Взаимодействие детей и родителей. Особенности тренинга с родителями. Работа с эмоциями, личностными убеждениями детей, развитие их коммуникативных навыков в ходе тренинга эффективного взаимодействия детей и родителей.
25. Особенности и содержание сопровождения психического развития подростков. Задачи психологического обучения в ходе тренинга расширения ролевого репертуара подростков.

Критерии оценки знаний на зачете

«Зачтено» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений; последовательность, логика изложения, умение подтверждать основные теоретические положения практически-ми примерами, устанавливать межпредметные связи, наличие собственной

точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«**Не зачтено**» - обучающийся не может изложить содержание материала, ответ требует серьёзных дополнений, не последователен и не логичен, не содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

12. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

13. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/

14. Левкин, В. Е. Социально-психологический тренинг для психолога [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. Е. Левкин. – М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 209 с. – Библиогр.: с. 195–203. – ISBN 978-5-4475-8755-0. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450202>.

15. В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

16. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

17. Ростомашвили, И. Е. Психологический тренинг партнерского общения подростков с ограниченными возможностями здоровья при инклюзивном обучении [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / И. Е. Ростомашвили, Т. А. Колосова. – Санкт-Петербург : КАРО, 2014. – 96 с. – (Психологический взгляд). – Библиогр.: с. 70–72. ISBN 978-5-9925-0960-1. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=462584>.

18. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

19. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

20. Цветкова, Л. А. Групповая работа с детьми и подростками [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л. А. Цветкова, Т. Г. Яничева ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного

Университета, 2016. – 56 с. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-288-05689-5. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457936>.

21. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

22. Энциклопедия социальных практик [Электронный ресурс] / Под редакцией Е. И. Холостовой, Г. И. Климантовой. - 2-е изд. - М.: Издательско-торговая корпорация "Дашков и К-", 2013. - 660 с.
<http://znanium.com/bookread.php?book=430523>

Дополнительная:

16. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с.

– Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

17. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.

18. Бондаренко, А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф.Бондаренко. – М.: «Независимая фирма «Класс», 2001. – 335 с.

19. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. - М. : Советский спорт, 2010. - 158 [2] с. : портр., табл., граф. - (Атланты спортивной науки). - Библиогр.: с. 154-159.

20. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.

21. Кузьменко, Г. А. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г.А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.

22. Линдсей Дж. Межнациональное регулирование этических вопросов и разработка Мета-кодекса этики EFPA / Дж. Линдсей // Национальный психологический журнал. – 2012. – №1(7). – С. 33–41.

23. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс] : очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул. - М. : Советский спорт, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805212.html>

24. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

25. Психология современного спорта высших достижений : Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>
26. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
27. Сохликова, В.А. Работа психолога в рамках запроса на психологическую помощь в спорте / В.А.Сохликова // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. – Т. 3. – 2023 · – № 2, – С. 98–111. — Текст : электронный — URL: <https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/123658/1/avssp-2-2023-10.pdf>
28. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б. Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.
29. Этика для европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского издания И. Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.
30. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М.: Советский спорт, 2006. – 163 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Дисциплина разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала и призвана обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине важно показывать возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, схем, кинофильмов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных ситуаций; деловые игры.

Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя обучающегося, а прежде всего их взаимная детерминация.

Критерии подготовленности к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;

2) психологическая готовность к выступлению и участию в дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающихся на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности.

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Творческое задание – одна из форм самостоятельной работы, способствующая углублению знаний, выработке устойчивых навыков самостоятельной работы. Творческое задание – задание, которое содержит больший или меньший элемент неизвестности и имеет, как правило, несколько подходов. В качестве главных признаков творческих домашних работ выделяют: высокую степень самостоятельности; умение логически обрабатывать материал; умение самостоятельно сравнивать, сопоставлять и обобщать материал; умение классифицировать материал по тем или иным признакам; умение высказывать свое отношение к описываемым явлениям и событиям; умение давать собственную оценку какой-либо работы и др.

Выделяют следующие виды творческих заданий: когнитивные, креативные, организационно-деятельностные.

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу привлекательности вида спорта, определенного для нее. Затем поочередно от группы выступает представитель. Критерии оценки презентации: раскрытие цели сообщения и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагае-

мого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

Очень важно, чтобы преподаватель постоянно расширял свои психологические знания, был в курсе методологических и теоретических новинок, относящихся к исследованиям в области психологии.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

** Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное про-

			граммное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.пс.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ В СПОРТЕ

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1

Семестр – 1

Итоговая форма контроля – экзамен (1 семестр)

Рабочую программу разработала:
Смолдовская И.О., к.пед.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	7
5. Содержание дисциплины	7
5.1 Количество часов по видам занятий.....	7
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	8
5.2.1 Содержание практических занятий.....	8
6. Самостоятельная работа	14
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	18
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	18
7.2 Типовые контрольные задания	21
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	21
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	21
7.2.3 Вопросы к экзамену.....	22
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	24
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	28
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	29
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	31

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психологическое консультирование в спорте» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (обязательная часть) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психологическое консультирование в спорте» состоит из двух самостоятельных разделов: основы психологического консультирования; основные модели и направления психологического консультирования. Учебный процесс по дисциплине «Психологическое консультирова-

ние в спорте» осуществляется на аудиторных занятиях в форме практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.

ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.

ОПК-7. Способность управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд.

ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности.

ПК-15. Способен проводить психологическое консультирование субъектов спортивной деятельности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– предмет и основные проблемы психологического консультирования в практике спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6, А/02.5	УК-1
– особенности индивидуальных различий спортсменов;	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6, Н/02.7, В/03.5	УК-5
– этические нормы в области спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации;	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-7
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и со-	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10

сравнительный период;		
– модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– современные технологии, средства и методы командной и индивидуальной подготовки спортсменов высокого класса, организации взаимодействия в спортивной команде и критерии оценки эффективности подготовки спортивной команды.	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-15
Уметь:		
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке;	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6, A/02.5	УК-1
– применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки,	ПС 05.003 «Тренер», C/03.6, H/02.7	УК-5
– использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ОПК-4
– выявлять ключевые факторы результативности спортивной подготовки и разрабатывать оптимальные алгоритмы воздействия на выявленные факторы с учетом специфики вида спорта, стратегических целей и задач спортивной подготовки	ПС 05.003 «Тренер», E/02.6	ОПК-7
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– консультировать по вопросам внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6	ПК-15
Иметь опыт:		
– анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивно-	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения орга-	УК-1

го резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы;	низации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/04.7	
– использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации в соревновательной деятельности;	ПС 05.003 «Тренер», В/03.5	УК-5
– наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– консультационного сопровождения тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки занимающихся, спортсменов	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-7
– обеспечение научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ОПК-10
– формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– консультирования тренеров, спортсменов спортивной команды по вопросам спортивной подготовки спортивной команды	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-15

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психологическое консультирование в спорте» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список обязательных дисциплин Б1.В.08.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: психология, психология физической культуры. Дисциплина «Введение в спортивную психологию» является предшествующей для следующих дисциплин: психология спортивной карьеры, психология личности спортсмена, социальная психология спортивной деятельности, современные технологии психологического тренинга и Т-игр.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Психологическое консультирование в спорте» имеет трудоёмкость, равную 3 зачётным единицам (108 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			1
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		10	10
Лекции		-	-
Практические занятия		10	10
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (экзамен)</i>		9	9
<i>Самостоятельная работа</i>		89	89
Общая трудоемкость	Часы	108	108
	ЗЕ	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ	
		Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Основы психологического консультирования.			
1.1. Спортивное консультирование как вид индивидуальной психолого-педагогической работы со спортсменом	14	2	12
1.2. Технология психологического консультирования в спорте.	16		16
1.3. Процесс психологического консультирования в спорте.	6	2	4
1.4. Этапы психологической консультации.	6		6
Раздел 2. Основные модели и направления психологического консультирования.			
2.1. Инструментарий психолога в психологическом консультировании	7	2	5
2.2. Техники психологического консультирования спортсменов в рамках различных направлений, подходов и школ	14		14
2.3. Онлайн-консультирование в спорте	15		15
2.4. Спортивное психологическое консультирование родителей	9	2	7

2.5. Спортивное психологическое консультирование тренеров	12	2	10
Всего:	108	10	89

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание практических занятий (10 часов)

Раздел 1. Основы психологического консультирования.

Тема 1.1. Спортивное консультирование как вид индивидуальной психолого-педагогической работы со спортсменом (2 часа)

Практическое занятие №1

Ход занятия:

1. Понятие спортивное консультирование; объект, предмет, цели, задачи психологического консультирования в спорте.
2. История консультативной психологии.
3. Сходство и отличия психотерапии и психологического консультирования как видов психологической помощи в спорте.
4. Субъектность клиента.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: профессиональные качества консультанта; индивидуальная и групповая формы психологического консультирования в спорте;

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: «Развитие профессиональных навыков консультанта.

Групповая дискуссия на тему: «Этические принципы в спортивно-психологическом консультировании». Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).

2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

5. Олифирович Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование: Теория и практика / Н.И.Олифирович. – Минск.: Тесей, 2005. – 264 с. – Текст: электронный // URL: https://vk.com/doc161977875_482219887?hash=vTon01Oe0jNCvfMhxfsluj2

6. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

8. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

9. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ консультирования как вида психологической помощи, основных этапов психологического консультирования, методов психологического консультирования;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения клиентов.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 7, 10), профессиональных (ПК – 11, 15).

Тема 1.2. Процесс психологического консультирования в спорте. (2 часа)

Практическое занятие №3

Ход занятия:

1. Феномены в профессиональном взаимодействии психолога с клиентом.
2. Консультативная беседа, этапы.

Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).

2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

5. Олифирович Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование: Теория и практика / Н.И.Олифирович. – Минск.: Тесей, 2005. – 264 с. – Текст: электронный // URL: https://vk.com/doc161977875_482219887?hash=vTon01Oe0jNCvfMhxfsIuj2mYjN1Oqkzqpq4CU6VXtX&dl=8n6tltAOV1Y6llMfSNmwiFdQGn4HZqnzH2vNQMeh68o

6. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

8. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

9. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ консультирования как вида психологической помощи, основных этапов психологического консультирования, методов психологического консультирования;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения клиентов.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 7, 10), профессиональных (ПК – 11, 15).

Раздел 2. Основные модели и направления психологического консультирования.

Тема 2.1. Техники психологического консультирования спортсменов в рамках различных направлений, подходов и школ (4 часа).

Практическое занятие № 6,7

Ход занятия:

1. Техники психоанализа
2. Когнитивно-поведенческая модель в консультировании спортсменов.
3. Рационально-эмотивный подход.
4. Гештальт-подход.
5. Техники психодинамического направления, арт-терапии, телесно-ориентированного, экзистенциально-гуманистического, их использование в консультировании спортсменов.

Групповая дискуссия на тему: «Теории психологического консультирования».

Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).
2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
5. Олифирович Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование: Теория и практика / Н.И.Олифирович. – Минск.: Тесей, 2005. – 264 с. – Текст: электронный // URL: https://vk.com/doc161977875_482219887?hash=vTon01Oe0jNCvfMhxfsluj2mYjN1Oqkzqpq4CU6VXtX&dl=8n6tltAOV1Y6llMfSNmwiFdQGn4HZqnzH2vNQMeh68o
6. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>
7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
8. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
9. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред.

А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ консультирования как вида психологической помощи, основных этапов психологического консультирования, методов психологического консультирования;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения клиентов.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 7, 10), профессиональных (ПК – 11, 15).

Тема 2.2. Спортивное психологическое консультирование родителей (2 часа)

Практическое занятие № 9

Ход занятия:

1. Эффективное взаимодействие в системе отношений «родители - ребенок» в спорте.
2. Типология поведения родителей в соревновательной деятельности ребенка.
3. Вербальные установки эффективного и неэффективного поведения родителей в спорте.
4. Рекомендации родителям спортсменов различного возраста.

Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).

2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

5. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под

редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

7. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. — М.: Спорт, 2022. — 212 с.

8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. — 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ консультирования как вида психологической помощи, основных этапов психологического консультирования, методов психологического консультирования;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения клиентов.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 7, 10), профессиональных (ПК – 11, 15).

Тема 2.3. Спортивное психологическое консультирование тренеров (2 часа)

Практическое занятие № 10

Ход занятия:

1. Консультативный запрос тренера.
2. Беседа с тренером по выявлению трудностей в профессиональной деятельности.
3. Практические рекомендации тренеру для самосовершенствования и решения задач тренировочной и соревновательной деятельности.

Литература:

1. Арпентьева, М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / М. Р. Арпентьева // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №1 (12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazovye-printsipy-metatehnologii-sportivnogo-psihologicheskogo-konsultirovaniya> (дата обращения: 27.05.2024).

2. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. — М. : Советский спорт, 2010. — 232 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. — Москва: Спорт, 2015. — 176 с. — Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. — М.: Спорт, 2020. — 192 с.

5. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

7. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

8. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ консультирования как вида психологической помощи, основных этапов психологического консультирования, методов психологического консультирования;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать запрос спортсмена, тренера (родителей) и выявлять проблемные области;

навыков: работы с научно-методической литературой, пассивного и активного слушания, анализа невербального поведения клиентов.

Формирование универсальных компетенций (УК – 1, 5), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 7, 10), профессиональных (ПК – 11, 15).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Консультирование как вид психологической помощи.	12	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Технология и процесс психологического консультирования.	20	Письменная работа. Устное собеседование
3.	Этапы психологической консультации.	6	Презентация
4.	Техники психологического консультирования спортсменов в рамках различных направлений, подходов и школ.	14	Презентация
5.	Инструментарий психолога в психологическом консультировании	5	Презентация

6.	Онлайн-консультирование в спорте	15	Письменная работа.
7.	Спортивное психологическое консультирование тренеров и родителей	17	Письменная работа.
Итого		89	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
3. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
4. Олифирович Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование: Теория и практика / Н.И.Олифирович. – Минск.: Тесей, 2005. – 264 с.
– Текст: электронный // URL: https://vk.com/doc161977875_482219887?hash=vTon01Oe0jNCvfMhxfsluj2mYjN1Oqkzqpq4CU6VXtX&dl=8n6tltAOV1Y6llMfSNmwiFdQGn4HZqnzH2vNQMeh68o
5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
6. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
7. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

1. Ашмарина Н.А. Психологическое консультирование в системе психологической подготовки спортсменов // Человек. Спорт. Медицина, 2006. - №. 3 (58). - С.32-33.
2. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440

с. — Текст: электронный//
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

3. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.

4. Бондаренко, А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф.Бондаренко. – М.: «Независимая фирма «Класс», 2001. – 335 с.

5. Васьковская, С.В. Психологическое консультирование: Ситуационные задачи /С.В. Васьковская, П.П. Горностай. – Киев: Вища школа, 1996. – 192 с.

6. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. - М. : Советский спорт, 2010. - 158 [2] с. : портр., табл., граф. - (Атланты спортивной науки). - Библиогр.: с. 154-159.

7. Глэддинг, С. Психологическое консультирование / С. Глэддинг. – СПб.: Питер, 2002. – 736 с.

8. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.

9. Гулина, М. Терапевтическая и консультативная психология /М.Гулина. – СПб: Речь, 2001. – 352 с.

10. Иванов, И.Б. Психологическое консультирование как средство помощи спортсменам, завершающим и завершившим спортивную карьеру: автореф. ... дис. канд. психол. наук / И.Б. Иванов. - М., 2009. - 22 с.

11. Кочюнас, Р. Основы психологического консультирования / Р. Кочюнас. – М.: «Академический проект», 1999. – 240 с.

12. Кузьменко, Г. А. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г.А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.

13. Линдсей Дж. Межнациональное регулирование этических вопросов и разработка Мета-кодекса этики EFPA / Дж. Линдсей // Национальный психологический журнал. – 2012. – №1(7). – С. 33–41.

14. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс] : очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул. - М. : Советский спорт, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805212.html>

15. Минигалиева М.Р. Психологическое консультирование: теория и практика. Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. - 609с.

16. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования: Как давать и обретать душевное здоровье. Пер с англ. / Р.Мэй. – М.: Издательство «Независимая фирма «Класс», 2001. – 252 с.

17. Пахальян, В. Э. Психологическое консультирование : учеб. пособие / В.Э.Пахальян. – СПб.: Питер, 2006. – 256 с.

18. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-

юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

19. Психология современного спорта высших достижений : Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>

20. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

21. Сохликова, В.А. Работа психолога в рамках запроса на психологическую помощь в спорте / В.А.Сохликова // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. – Т. 3. – 2023 · – № 2, – С. 98–111. — Текст : электронный — URL: <http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/123658/1/avsp-2-2023-10.pdf>

22. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б, Стамбулова. – СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. – 368 с.

23. Этика для европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского издания И. Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.

24. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М.: Советский спорт, 2006. – 163 с.

25. Ямбаршева, Е. А. Психологическое консультирование как средство помощи спортсменам / Е. А. Ямбаршева // Материалы VII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <https://scienceforum.ru/2015/article/2015013077> (дата обращения: 27.05.2024).

Темы рефератов:

1. Психологическая помощь в системе реабилитации спортсменов, перенесших травму.
2. Психологическая помощь спортсменам, заканчивающим свою карьеру.
3. Психологическая помощь спортсменам с ограниченными возможностями.
4. Психология телесности: образ тела, отношение к телу, работа с телом.
5. Когнитивные ошибки в спорте
6. Страх ошибки у спортсменов.
7. Спорт как зависимость.
8. Психология формирования уверенности спортсмена.
9. Консультирование родителей юных спортсменов по различным проблемам.
10. Консультирование в процессе выбора вида спорта.
11. Аналитические записки в спорте.

12. Оценка эффективности психологического консультирования в спорте.
13. Сопротивление в психологическом консультировании.
14. Перенос и контрперенос в психологическом консультировании.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/04.7 Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки	Знает: предмет и основные проблемы психологического консультирования в практике спорта; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке; Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы.
УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды В/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигатель-	Знает: особенности индивидуальных различий спортсменов; Умеет: использовать систему стимулирования для формирования мотивации спортсменов, специалистов спортивной сборной команды Имеет опыт использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации в соревновательной деятельности

	ным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	
ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях; Имеет опыт наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников.
ОПК-7 Способность управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд.	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	Знать: методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации; Уметь: выявлять ключевые факторы результативности спортивной подготовки и разрабатывать оптимальные алгоритмы воздействия на выявленные факторы с учетом специфики вида спорта, стратегических целей и задач спортивной подготовки Иметь опыт консультационного сопровождения тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки занимающихся, спортсменов
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8 Руководство процессом централизованной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.
ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в	ПС 05.003 «Тренер», Д/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью зани-	Знать: модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики

конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности	мающегося	спортсменов высокого класса; Уметь: мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин Иметь опыт формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований
ПК-15. Способен проводить психологическое консультирование субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6 Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды E/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	Знать: современные технологии, средства и методы командной и индивидуальной подготовки спортсменов высокого класса, организации взаимодействия в спортивной команде и критерии оценки эффективности подготовки спортивной команды. Уметь: консультировать по вопросам внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта Иметь опыт консультирования тренеров, спортсменов спортивной команды по вопросам спортивной подготовки спортивной команды

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – экзамен (1 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. *Основные направления в психологическом консультировании:*
 - А. Психодинамическое, аналитическое, когнитивно-поведенческое.
 - Б. Экзистенциально-гуманистическое, психодинамическое, когнитивно-поведенческое.
 - В. Экзистенциально-гуманистическое, индивидуальное, аналитическое.
2. *Основателем классического психоанализа является:*
 - А. А. Адлер.
 - Б. К. Роджерс.
 - В. З. Фрейд.
3. *Ключевое понятие индивидуальной психологии:*
 - А. «комплекс неполноценности».
 - Б. коллективное бессознательное.
 - В. точка фиксации.
4. *Основные техники работы в телесно-ориентированном подходе:*
 - А. «стабилизация», «укоренение», напряженные позы.
 - Б. «заземление», «распускание», визуализация.
 - В. «укоренение», напряженные позы, «заземление», «центрирование»
5. *Ключевые понятия гештальтподхода:*
 - А. Психологический климат.

- Б. Экстраверсия-интроверсия.
- В. Фигура и фон, слияние.

6. Для описания особенностей взаимодействия психотерапевта с клиентом в клиент-центрированном подходе используется метафора:

- А. Фигуры и фона.
- Б. Сада и садовника
- В. «Вщемленного аффекта».

7. Техники человеко-центрированного подхода:

- А. Обобщения, сократовского диалога, нажатия кнопки
- Б. Эмпатических ответов, рефлексивных ответов, метафоры
- В. Активного воображения, метафоры,

8. Основные понятия экзистенциального консультирования:

- А. Встреча, переживание, подлинность, ценность
- Б. Переживание, личность, событие, контакт
- В. Встреча, перенос, диалог, экран

9. Понятие и теория поведенческого подхода связаны со следующими именами:

- А. Павлов, Перлз, Скиннер
- Б. Бехтерев, Вольпе, Роджерс
- В. Павлов, Скиннер, Вольпе

10. Мысли, которые появляются спонтанно и вызываются различными обстоятельствами, называются:

- А. Естественные
- Б. Автоматические
- В. Иррациональные

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Спортивное консультирование как вид индивидуальной психолого-педагогической работы со спортсменом.
2. Цели психологического консультирования в спорте.
3. Индивидуальная и групповая формы психологического консультирования в спорте.
4. Сходство и отличия психотерапии и психологического консультирования как видов психологической помощи.
5. Этические принципы деятельности консультанта.
6. Профессиональные качества психолога-консультанта.
7. Технология психологического консультирования в спорте.
8. Принципы построения консультации.
9. Пятишаговая модель в консультировании.

10. Этапы психологической консультации.
11. Организация условий для консультирования.
12. Факторы, влияющие на процесс консультирования.
13. Установление первого контакта со спортсменом (тренером, родителями).
14. Основные типы запросов в спорте, их анализ.
15. Консультационная беседа как форма консультирования.
16. Вербальное и невербальное поведение в консультировании.
17. Основные способы сбора информации.
18. Пассивное и активное слушание.
19. Анализ невербального поведения клиентов.
20. Выявление проблемной области и выдвижение консультативной гипотезы, ее проверка.
21. Основные методы воздействия в психологическом консультировании.
22. Работа с ресурсами спортсмена.
23. Завершение отношений консультирования.
24. Основные модели и направления психологического консультирования.
25. Психологическое консультирование спортсменов в рамках психодинамического направления.
26. Ознакомление с техниками арт-терапии и возможностями их использования в консультировании спортсменов.
27. Возможности использования техник телесно-ориентированного подхода в консультировании спортсменов.
28. Возможности использования когнитивно-поведенческой модели в консультировании спортсменов.
29. Консультирование спортсменов в гештальтподходе.
30. Возможности использования техник экзистенциально-гуманистического подхода в консультировании спортсменов.
31. Психологические защиты в консультировании.
32. Онлайн-консультирование в спорте.
33. Виды онлайн консультирования.
34. Преимущества и недостатки онлайн-консультирования.
35. Спортивное психологическое консультирование тренеров и родителей.
36. Эффективное взаимодействие в системе отношений «родители - ребенок» в спорте.
37. Типология поведения родителей в соревновательной деятельности ребенка.
38. Вербальные установки эффективного и неэффективного поведения родителей в спорте.
39. Рекомендации родителям спортсменов различного возраста.
40. Консультативный запрос тренера.

41. Беседа с тренером по выявлению трудностей в профессиональной деятельности.

42. Практические рекомендации тренеру для самосовершенствования и решения задач тренировочной и соревновательной деятельности.

Критерии оценки знаний на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые обучающийся может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

2. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

3. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.

4. Олифирович Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование: Теория и практика / Н.И.Олифирович. – Минск.: Тесей, 2005. – 264 с.

– Текст: электронный // URL: https://vk.com/doc161977875_482219887?hash=vTon01Oe0jNCvfMhxfsIuj2mYjN1Oqkzqpq4CU6VXtX&dl=8n6tltAOV1Y6llMfSNmwiFdQGn4HZqnzH2vNQMeh68o

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

7. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

8. Абрамова, Г. С. Практическая психология [Электронный ресурс] : учеб. для вузов и ссузов / Г. С. Абрамова. - М.: Прометей, 2018. - 540 с.

9. Алешина, Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Ю.А.Алешина.- М.: «Академический проект», 2000.- 327 с.

10. Ашмарина Н.А. Психологическое консультирование в системе психологической подготовки спортсменов // Человек. Спорт. Медицина, 2006. -№. 3 (58). - С.32-33.

11. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с.

– Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

12. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.

13. Бондаренко, А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф.Бондаренко. – М.: «Независимая фирма «Класс», 2001. – 335 с.

14. Бурлачук, Л.Ф. Основы психотерапии: учеб. пособие / Л.Ф.Бурлачук, И.А.Грабская, А.С.Кочарян. – Киев: Ника-Центр, М.: Алетея, 1999. – 320 с.

15. Васьковская, С.В. Психологическое консультирование: Ситуационные задачи /С.В. Васьковская, П.П. Горностай. – Киев: Вища школа, 1996. – 192 с.
16. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. - М. : Советский спорт, 2010. - 158 [2] с. : портр., табл., граф. - (Атланты спортивной науки). - Библиогр.: с. 154-159.
17. Глэддинг, С. Психологическое консультирование / С. Глэддинг. – СПб.: Питер, 2002. – 736 с.
18. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
19. Гулина, М. Терапевтическая и консультативная психология /М.Гулина. – СПб: Речь, 2001. – 352 с.
20. Иванов, И.Б. Психологическое консультирование как средство помощи спортсменам, завершающим и завершившим спортивную карьеру: автореф. ... дис. канд. психол. наук / И.Б. Иванов. - М., 2009. - 22 с.
21. Кочюнас, Р. Основы психологического консультирования / Р. Кочюнас. – М.: «Академический проект», 1999. – 240 с.
22. Кузьменко, Г. А. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г.А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.
23. Линде, Н.Д. Основы современной психотерапии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Д.Линде. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 208 с.
24. Линдсей Дж. Межнациональное регулирование этических вопросов и разработка Мета-кодекса этики EFPA / Дж. Линдсей // Национальный психологический журнал. – 2012. – №1(7). – С. 33–41.
25. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс] : очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул. - М. : Советский спорт, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805212.html>
26. Мельник, Е.В. Особенности проявления этических принципов в спортивной психологии / Е.В.Мельник, Н.И.Боровская // Ананьевские чтения — 2020. Психология служебной деятельности: достижения и перспективы развития (в честь 75-летия Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.): материалы международной науч. конф., 8–11 дек. 2020 года / под общ. ред. А.В. Шаболтас, Е.Л. Солдатовой; отв. ред. А.К. Кулиева. – СПб: Скифия-принт, 2020. – С. 857-858.
27. Минигалиева М.Р. Психологическое консультирование: теория и практика. Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. - 609с.
28. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования: Как давать и обретать душевное здоровье. Пер с англ. / Р.Мэй. – М.: Издательство «Независимая фирма «Класс», 2001. – 252 с.

29. Пахальян, В. Э. Психологическое консультирование : учеб. пособие / В.Э.Пахальян. – СПб.: Питер, 2006. – 256 с.

30. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

31. Психология современного спорта высших достижений : Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>

32. Психология физической культуры [Электронный ресурс] : учебник / под ред. Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина - М. : Спорт, 2016. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839114.html>

33. Психология чемпиона. Работа спортсмена над собой [Электронный ресурс] / Иванов А.А. - 3-е изд., дополн. - М. : Спорт, 2016. - (Серия 'В помощь спортсмену'). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839138.html>

34. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

35. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539186>.

36. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

37. Смоленцева, В.Н. Психология взаимодействия в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Ю.А. Мироненко, В.А. Блинов, Н.А. Шакина ; под ред. В.Н. Смоленцевой ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Издательство СибГУФК, 2015. — 123 с. — Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459433>

38. Сохликова, В.А. Работа психолога в рамках запроса на психологическую помощь в спорте / В.А.Сохликова // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. – Т. 3. – 2023 · – № 2, – С. 98–111. — Текст : электронный — URL: <https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/123658/1/avspp-2-2023-10.pdf>

39. Спортивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие для физкультурных вузов / А.Л. Попов. - 4-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976516083.html>

40. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

41. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие / Н.Б. Стамбулова. — СПб.: Изд-во «Центр карьеры», 1999. — 368 с.

42. Этика для европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского издания И. Симоненкова. — ООО «Simir», 2019. — 296 с.

43. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. — М.: Советский спорт, 2006. — 163 с.

44. Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учеб. пособие / Б.П. Яковлев. — М.: Советский спорт, 2010. — 208 с.

45. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. — Москва : Спорт, 2016. — 624 с. — Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

46. Ямбаршева, Е. А. Психологическое консультирование как средство помощи спортсменам / Е. А. Ямбаршева // Материалы VII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <https://scienceforum.ru/2015/article/2015013077> (дата обращения: 27.05.2024).

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>

6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>

7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>

8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>

9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>

10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Дисциплина разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала и призвана обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине важно показывать возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, схем, кинофильмов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных ситуаций; деловые игры.

Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя обучающегося, а прежде всего их взаимная детерминация.

Критерии подготовленности к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;

2) психологическая готовность к выступлению и участию в дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающихся на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности.

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Творческое задание – одна из форм самостоятельной работы, способствующая углублению знаний, выработке устойчивых навыков самостоятельной работы. Творческое задание – задание, которое содержит большой или меньший элемент неизвестности и имеет, как правило, несколько подходов. В качестве главных признаков творческих домашних работ выделяют: высокую степень самостоятельности; умение логически обрабатывать материал; умение самостоятельно сравнивать, сопоставлять и обобщать материал; умение классифицировать материал по тем или иным признакам; умение высказывать свое отношение к описываемым явлениям и событиям; умение давать собственную оценку какой-либо работы и др.

Выделяют следующие виды творческих заданий: когнитивные, креативные, организационно-деятельностные.

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу привлекательности вида спорта, определенного для нее. Затем поочередно от группы выступает представитель. Критерии оценки презентации: раскрытие цели сообщения и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (цен-

ность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

Очень важно, чтобы преподаватель постоянно расширял свои психологические знания, был в курсе методологических и теоретических новинок, относящихся к исследованиям в области психологии.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помеще-	Укомплектована специализированной

	ние для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект

			приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



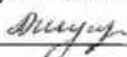
Е.В. Мельник

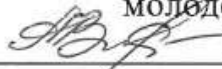
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**КРИЗИСНЫЕ СИТУАЦИИ В СПОРТЕ И ПСИХОЛОГИЯ
ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ**

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1

Семестр – 1, 2

Итоговая форма контроля – зачет (2 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	6
5. Содержание дисциплины	7
5.1 Количество часов по видам занятий.....	7
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	7
5.2.1 Содержание практических занятий.....	7
6. Самостоятельная работа	12
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	15
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	15
7.2 Типовые контрольные задания	17
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	17
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	17
7.2.3 Вопросы к зачету.....	18
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	19
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	21
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	22
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	24

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (дисциплины по выбору) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления» состоит из двух самостоятельных разделов: кризисные ситуации в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологии в работе со спортсменами. Учебный процесс по дисциплине «Кризисные ситуации в спорте и пси-

хология их преодоления» осуществляется на аудиторных занятиях в форме практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.

ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва

ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач.

ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности

ПК-17. Способен использовать в профессиональной деятельности современные средства и методы психологической профилактики, восстановления и реабилитации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья спортсменов и тренеров.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	УК-2
– этические нормы в области спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– основ психологии кризисных ситуаций в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологий в работе со спортсменами	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-5

– критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6	ПК-16
– психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации	ПС 05.003 «Тренер», C/03.6	ПК-17
Уметь:		
– контролировать организацию специальной психологической подготовки спортсменов спортивной сборной команды, уровень мотивированности спортсменов	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	УК-2
– использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ОПК-4
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ПК-5
– использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-16
– применять средства физического и психического восстановления занимающихся	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ПК-17
Иметь опыт:		
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	УК-2
– наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ОПК-4
– обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», H/05.8	ОПК-10

– формирования и поддержания спортивной мотивации занимающихся при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5
– мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
– анализа эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-17

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список дисциплин по выбору Б1.В.ДВ.01.01.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: психология, психология физической культуры, введение в спортивную психологию, психологическое консультирование в спорте. Дисциплина «Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления» является предшествующей для следующих дисциплин: социальная психология спортивной деятельности, современные технологии психологического тренинга и Т-игр.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления» имеет трудоёмкость, равную 2 зачётным единицам (72 часа).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр	
			1	2
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		10	6	4
Лекции		-	-	-
Практические занятия		10	6	4
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (экзамен)</i>		4		4
<i>Самостоятельная работа</i>		58	34	24
Общая трудоёмкость	Часы	72	40	32
	ЗЕ	2		

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ	
		Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Кризисные ситуации в жизни и деятельности спортсмена.			
1.1. Кризисные ситуации в жизненном цикле спортсмена, их характеристика.	12	2	10
1.2. Основные задачи целенаправленного преодоления кризисных ситуаций, методы изучения и пути решения.	14	2	12
Раздел 2. Психотехнологии в работе со спортсменами.			
2.1. Психологическая помощь в работе со спортсменами, классификация методов.	14	2	12
2.2. Индивидуальные и групповые формы психологической помощи.	14	2	12
2.3. Техники работы с травмой спортсмена.	14	2	12
Зачет	4		
Всего:	72	10	58

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание практических занятий (10 часов)

Раздел 1. Кризисные ситуации в жизни и деятельности спортсмена.

Тема 1.1. Кризисные ситуации в жизненном цикле спортсмена,
их характеристика (2 часа)

Практическое занятие №1

Ход занятия: Спорт как модель исследования кризисных ситуаций. Характеристика кризисных ситуаций в жизненном цикле спортсмена-чемпиона.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблеме: «Типология кризисов спортсменов».

Групповая дискуссия на тему: «Предпосылки возникновения кризисных ситуаций в спорте».

Литература:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

2. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.

3. Довжик, Л.М. Психология спортивной травмы: монография [Электронный ресурс] / Л.М. Довжик, К.А. Бочавер. – М.: Спорт, 2020. – 264 с. – Текст: электронный // URL: https://vk.com/doc144850273_672103599?hash=TjcljR4AmxjeEEK7y8nP2rEuGaC WKThuj4KdzhQInqP&dl=UmED1uwszkTSZ1fktZnTZvtEU3oYibD2a6N4ZJzEvJP

4. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

5. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

6. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

8. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ психологии кризисных ситуаций в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологий в работе со спортсменами;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, использования индивидуальных и групповых форм психологической помощи спортсменам;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа индивидуального опыта преодоления кризисных ситуаций в спорте; применения техник работы с травмой спортсмена.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 5, 16, 17).

Тема 1.2. Основные задачи целенаправленного преодоления кризисных ситуаций, методы изучения и пути решения (2 часа)

Практическое занятие №2

Ход занятия: Анализ и систематизация индивидуального опыта преодоления кризисных ситуаций спортсменом-чемпионом (стихийное преодоление). Методы изучения кризисных ситуаций в спорте. Основные задачи целенаправленного преодоления кризисных ситуаций и пути их решения.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: «Клинико-биографический метод при изучении кризисных ситуаций в спорте», «Наблюдение при изучении кризисных ситуаций в спорте», «Метод доверительной беседы».

Групповая дискуссия на тему: «Дневник значимых переживаний спортсмена».

Литература:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
2. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.
3. Довжик, Л.М. Психология спортивной травмы: монография [Электронный ресурс] / Л.М. Довжик, К.А. Бочавер. – М.: Спорт, 2020. – 264 с. – Текст: электронный // URL: https://vk.com/doc144850273_672103599?hash=TjcLjR4AmxjeEEK7y8nP2rEuGaC WKThuj4KdzhQInqP&dl=UmED1uwszkTSZ1fktZnTZvtEU3oYibD2a6N4ZJzEvJP
4. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
5. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
7. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ психологии кризисных ситуаций в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологий в работе со спортсменами;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, использования индивидуальных и групповых форм психологической помощи спортсменам;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа индивидуального опыта преодоления кризисных ситуаций в спорте; применения техник работы с травмой спортсмена.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 5, 16, 17).

Раздел 2. Психотехнологии в работе со спортсменами

Тема 2.1. Психологическая помощь в работе со спортсменами,
классификация методов (2 часа)

Практическое занятие №3

Ход занятия: Виды, формы и современные направления психологической помощи в работе со спортсменами. Классификации методов психологической помощи: психологическое просвещение, консультирование, психокоррекция, психотерапия, психопрофилактика.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблеме: методы психологической помощи в спорте.

Групповая дискуссия на тему: «Беседа и консультация»

Литература:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

2. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.

3. Довжик, Л.М. Психология спортивной травмы: монография [Электронный ресурс] / Л.М. Довжик, К.А. Бочавер. – М.: Спорт, 2020. – 264 с. – Текст: электронный // URL:

https://vk.com/doc144850273_672103599?hash=TjcLjR4AmxjeEEK7y8nP2rEuGaC_WKThuj4KdzhQInqP&dl=UmED1uwszkTSZ1fktZnTZvtEU3oYibD2a6N4ZJzEvJP

4. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

5. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

6. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ психологии кризисных ситуаций в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологий в работе со спортсменами;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, использования индивидуальных и групповых форм психологической помощи спортсменам;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа индивидуального опыта преодоления кризисных ситуаций в спорте; применения техник работы с травмой спортсмена.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 5, 16, 17).

Тема 2.2. Индивидуальные и групповые формы психологической помощи (2 часа)

Практическое занятие №4

Ход занятия: Индивидуальные и групповые формы психологической помощи. Стратегии психологической помощи: совет, прямое вмешательство, предоставление информации, обучение, системные изменения. Вербальные и невербальные формы коммуникации, интервенций, воздействий как инструменты практического психолога.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблеме: вербальные и невербальные формы коммуникации.

Групповая дискуссия на тему: «Оценка эффективности оказания психологической помощи спортсмену»

Литература:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

2. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.

3. Довжик, Л.М. Психология спортивной травмы: монография [Электронный ресурс] / Л.М. Довжик, К.А. Бочавер. – М.: Спорт, 2020. – 264 с. – Текст: электронный // URL: https://vk.com/doc144850273_672103599?hash=TjcLjR4AmxjeEEK7y8nP2rEuGaC_WKThuj4KdzhQInqP&dl=UmED1uwszkTSZ1fktZnTZvtEU3oYibD2a6N4ZJzEvJP

4. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

5. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

6. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

8. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ психологии кризисных ситуаций в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологий в работе со спортсменами;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, использования индивидуальных и групповых форм психологической помощи спортсменам;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа индивидуального опыта преодоления кризисных ситуаций в спорте; применения техник работы с травмой спортсмена.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 5, 16, 17).

Тема 2.3. Техники работы со спортсменами (2 часа)

Практическое занятие №5

Ход занятия: Интерперсональные техники. Техники работы с телесностью спортсмена. Фокус-анализ как микротехника. Техники арт-терапии.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: техники работы с травмой спортсмена; техники работы со страхами спортсмена.

Видео материалы.

Литература:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

2. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.

3. Довжик, Л.М. Психология спортивной травмы: монография [Электронный ресурс] / Л.М. Довжик, К.А. Бочавер. – М.: Спорт, 2020. – 264 с. – Текст: электронный // URL: https://vk.com/doc144850273_672103599?hash=TjcLjR4AmxjeEEK7y8nP2rEuGaCWKThuj4KdzhQInqP&dl=UmED1uwszkTSZ1fktZnTZvtEU3oYibD2a6N4ZJzEvJP

4. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.

5. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

6. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.

7. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ психологии кризисных ситуаций в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологий в работе со спортсменами;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, использования индивидуальных и групповых форм психологической помощи спортсменам;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа индивидуального опыта преодоления кризисных ситуаций в спорте; применения техник работы с травмой спортсмена.

Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 4, 10), профессиональных (ПК – 5, 16, 17).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающиеся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Кризисные ситуации в жизненном цикле спортсмена, их характеристика.	10	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Основные задачи целенаправленного преодоления кризисных ситуаций, методы изучения и пути решения.	12	Письменная работа. Устное собеседование
3.	Психологическая помощь в работе со спортсменами, классификация методов.	12	Презентация
4.	Индивидуальные и групповые формы психологической помощи.	12	Психотехнические упражнения.
5.	Техники работы с травмой спортсмена.	12	Психотехнические упражнения
Итого		58	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
2. Гринберг, Дж. С. Управление стрессом / Дж. С. Гринберг. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
3. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
4. Либина, А. В. Психология совладания : учебное пособие для вузов / А. В. Либина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 318 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11605-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542676> (дата обращения: 29.05.2024).
5. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
6. Сандомирский, М. Е. Как справиться со стрессом / М. Е. Сандомирский. – Воронеж: НПО МОДЕК, 2000. – 176 с.
7. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

Дополнительная:

8. Алиев, Х. М. Защита от стресса: как сохранить и реализовать себя в современных условиях / Х. М. Алиев. – М., 1996. – 239 с.

9. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
10. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.
11. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. - М. : Советский спорт, 2010. – 158 с.
12. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
13. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
14. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>
15. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
16. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
17. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.
18. Психология современного спорта высших достижений : Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>
19. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
20. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>
21. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Темы рефератов:

1. Типичные кризисные ситуации в деятельности в основной деятельности спортсмена.
2. Переживание конкуренции в спорте.
3. Переживание боязни поражения в спорте.
4. Переживание ответственности в спорте.
5. Переживание отстранения от участия в соревнованиях.
6. Переживание «бремени славы» в спорте и других сферах жизни.
7. Переживание завершения спортивной карьеры.
8. Особенности биографии спортсменов-чемпионов.
9. Технология повышения мотивации и самооценки спортсмена после проигрыша.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды; Умеет: контролировать организацию специальной психологической подготовки спортсменов спортивной сборной команды, уровень мотивированности спортсменов; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.
ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях; Имеет опыт наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников.
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятель-	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный пе-

высококвалифицированных спортсменов.	ность в области физической культуры и спорта», Н/05.8 Руководство процессом централизованной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	риоды; Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.
ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач.	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знает: основы психологии кризисных ситуаций в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологий в работе со спортсменами; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период; Имеет опыт формирования и поддержания спортивной мотивации занимающихся при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях.
ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Умеет: использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Имеет опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.
ПК-17. Способен использовать в профессиональной деятельности современные средства и методы психологической профилактики, восстановления и реабилитации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья спортсменов и тренеров.	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки	Знает: психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации Умеет: применять средства физического и психического восстановления занимающихся; Имеет опыт анализа эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению

	тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – зачет (2 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Первые попытки в психотерапии гипнозом были сделаны Фридрихом Месмером в ходе разработки его теории (назовите теорию).

2. Назовите физиологов, психотерапевтов, которые внесли большой вклад в развитие отечественной психотерапии в первой половине 20 века.
3. Дайте определение термину «Психотерапия».
4. Целью психотерапии является...
5. Назовите задачи психотерапии.
6. При лечении соматических заболеваний широко применяются различные методы психотерапии (назовите их).
7. Назовите сходства и различия психотерапии и психологического консультирования.
8. В. В. Макаров выделяет семь факторов, влияющих на эффективность психотерапии, перечислите их.
9. Назовите показания и противопоказания для психотерапии.
10. Что общего и в чем различия переноса и контрпереноса.
11. «Трудный» клиент психотерапевта. Классификация и принципы работы.
12. В чем заключается учет психотерапевтом в работе с клиентом социально-экономических, этнических, гендерных различий?
13. Раскройте сущность типологического и феноменологического подходов в работе с клиентом
14. Опишите специфику работы психотерапевта дистанционно:
 - консультирование в скайпе:
 - телефонное консультирование:
15. Опишите основные этические сложности в работе спортивного психолога.

7.2.3 Вопросы к зачету

1. Кризисные ситуации в жизни и деятельности спортсмена.
2. Спорт как модель исследования кризисных ситуаций.
3. Характеристика кризисных ситуаций в жизненном цикле спортсмена-чемпиона.
4. Анализ и систематизация индивидуального опыта преодоления кризисных ситуаций спортсменом-чемпионом (стихийное преодоление).
5. Методы изучения кризисных ситуаций в спорте.
6. Основные задачи целенаправленного преодоления кризисных ситуаций и пути их решения.
7. Инновационные психотехнологии в работе со спортсменами.
8. Виды, формы и современные направления психологической помощи в работе со спортсменами.
9. Классификации методов психологической помощи.
10. Психологическое просвещение в работе со спортсменами.
11. Консультирование в работе со спортсменами.
12. Психокоррекция в работе со спортсменами.
13. Психотерапия в работе со спортсменами.
14. Психопрофилактика в работе со спортсменами.

15. Индивидуальные и групповые формы психологической помощи.
16. Стратегии психологической помощи: совет, прямое вмешательство, предоставление информации, обучение, системные изменения.
17. Вербальные и невербальные формы коммуникации, интервенций, воздействий как инструменты практического психолога.
18. Интерпретация, ее виды.
19. Совет как пожелание, информирование, общая идея, домашнее задание.
20. Обратная связь как способ воздействия на клиента.
21. Техники арт-терапии в работе практического психолога.
22. Интерперсональные техники.
23. Техники работы с телесностью клиента.
24. Фокус-анализ как микротехника.
25. Техники работы с травмой спортсмена.
26. Техники работы со страхами спортсмена.

Критерии оценки знаний на зачете

«Зачтено» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений; последовательность, логика изложения, умение подтверждать основные теоретические положения практически примерами, устанавливать межпредметные связи, наличие собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Не зачтено» - обучающийся не может изложить содержание материала, ответ требует серьёзных дополнений, не последователен и не логичен, не содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
2. Гринберг, Дж. С. Управление стрессом / Дж. С. Гринберг. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
3. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
4. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

5. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.

6. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

8. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

Дополнительная:

9. Алиев, Х. М. Защита от стресса: как сохранить и реализовать себя в современных условиях / Х. М. Алиев. – М., 1996. – 239 с.

10. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

11. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.

12. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. – М. : Советский спорт, 2010. – 158 с.

13. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.

14. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М. : Спорт, 2020. – 192 с.

15. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко. – М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>

16. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.

17. Психология детско-юношеского спорта: учебник для студентов высш. учеб. заведений / А. В. Родионов [и др.]; под ред. А. В. Родионова. – М.: Физическая культура и спорт, 2013. – 277 с.

18. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

19. Психология и современный спорт : междунар. сб. науч. работ по психологии спорта ; сост.: А. В. Родионов, Н. А. Худадов. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.

20. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.

21. Психология современного спорта высших достижений : Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>

22. Сандомирский, М. Е. Как справиться со стрессом / М. Е. Сандомирский. – Воронеж: НПО МОДЕК, 2000. – 176 с.

23. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

24. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

25. Сопов, В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: метод. пособие / В. Ф. Сопов. – М., 2010. – 115 с.

26. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

27. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М. : Советский спорт, 2006. – 163 с.

28. Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учеб. пособие / Б.П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Дисциплина разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала и призвана обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине важно показывать возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, схем, кинофильмов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных ситуаций; деловые игры.

Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициа-

тиву и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя обучающегося, а прежде всего их взаимная детерминация.

Критерии подготовленности к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;

2) психологическая готовность к выступлению и участию в дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающихся на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности.

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Творческое задание – одна из форм самостоятельной работы, способствующая углублению знаний, выработке устойчивых навыков самостоятельной работы. Творческое задание – задание, которое содержит больший или меньший элемент неизвестности и имеет, как правило, несколько подходов. В качестве главных признаков творческих домашних работ выделяют: высокую степень самостоятельности; умение логически обрабатывать материал; умение самостоятельно сравнивать, сопоставлять и обобщать материал; умение классифицировать материал по тем или иным признакам; умение высказывать свое отношение к описываемым явлениям и событиям; умение давать собственную оценку какой-либо работы и др.

Выделяют следующие виды творческих заданий: когнитивные, креативные, организационно-деятельностные.

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу привлекательности определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель. Критерии оценки презентации: раскрытие цели сообщения и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, эмоциональность и др.).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.
2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см.

	промежуточной аттестации	Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений

2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

СТРЕСС И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ В СПОРТЕ

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1

Семестр – 1, 2

Итоговая форма контроля – зачет (2 семестр)

Рабочую программу разработала:
Смолдовская И.О., к.пед.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	5
5. Содержание дисциплины	6
5.1 Количество часов по видам занятий.....	6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	6
5.2.1 Содержание практических занятий.....	6
6. Самостоятельная работа	11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	15
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	15
7.2 Типовые контрольные задания	15
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	17
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	17
7.2.3 Вопросы к зачету.....	19
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	20
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	22
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	22
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	24

1. Пояснительная записка

1.1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Стресс и эмоциональное выгорание в спорте» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений (дисциплины по выбору) учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Стресс и эмоциональное выгорание в спорте» состоит из двух самостоятельных разделов: психология стресса; эмоциональное выгорание в спорте. Учебный процесс по дисциплине «Стресс и эмоциональное выгорание в спорте» осуществляется на аудиторных занятиях в форме практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-6. Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена.

ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач.

ПК-17. Способен использовать в профессиональной деятельности современные средства и методы психологической профилактики, восстановления и реабилитации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья спортсменов и тренеров.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации;	ПС 05.008, Н/03.8	УК-6
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-1
– основ психологии кризисных ситуаций в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологий в работе со спортсменами	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-5
– психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации	ПС 05.003 «Тренер», C/03.6	ПК-17
Уметь:		
– формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров;	ПС 05.003 «Тренер», Н/04.7	УК-6
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-1
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ПК-5
– применять средства физического и психического	ПС 05.003 «Тренер»,	ПК-17

го восстановления занимающихся	С/04.6	
Иметь опыт:		
– мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/04.7	УК-1
– обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ОПК-10
– проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям	ПС 05.003 «Тренер», D/03.6, D/04.6	ПК-1
– формирования и поддержания спортивной мотивации занимающихся при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5
– анализа эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-17

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Стресс и эмоциональное выгорание в спорте» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список дисциплин по выбору Б1.В.ДВ.01.02.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: психология, психология физической культуры, введение в спортивную психологию, психологическое консультирование в спорте. Дисциплина «Стресс и эмоциональное выгорание в спорте» является предшествующей для следующих дисциплин: психология спортивной карьеры, психология личности спортсмена, социальная психология спортивной деятельности, современные технологии психологического тренинга и Т-игр.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Стресс и эмоциональное выгорание в спорте» имеет трудоёмкость, равную 2 зачётным единицам (72 часа).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		2
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	10	10
Лекции	-	-

Практические занятия		10	10
Промежуточная и итоговая аттестация (экзамен)		4	4
Самостоятельная работа		58	58
Общая трудоемкость	Часы	72	72
	ЗЕ	2	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ	
		Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Психология стресса			
1.1. Стресс как состояние психической напряженности, его специфика в спорте.	4	2	2
1.2. Процессы, ресурсы, стратегии, стили преодоления стресса.	4	2	2
1.3. Диагностика, психопрофилактика и психокоррекция стресса и тревожности в спорте.	18	2	16
1.4. Профилактика и коррекция стресса	16	2	14
Раздел 2. Эмоциональное выгорание в спорте			
2.1. Характеристика эмоционального выгорания, его компоненты. Диагностика, профилактика и коррекция эмоционального выгорания.	16	2	14
Всего:	72	10	48

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание практических занятий (10 часов)

Раздел 1. Психология стресса.

Тема 1: Стресс как состояние психической напряженности, его специфика в спорте (2 часа)

Вопросы.

История учения о стрессе. Определение стресса и его структуры. Модели и теории действия стресса. Стресс в различных жизненных сферах. Типы стрессоров. Причины и последствия стресса в спортивной деятельности. История учения о стрессе. Концепция стресса Г. Селье. Виды стресса. Острый и хронический стресс. Посттравматический стресс.

Стресс как состояние психической напряженности. Виды и фазы развития стресса. Факторы, способствующие возникновению состояния: внешние и внутренние. Спортивные стрессы и их специфика. Основные признаки стресса.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблеме: особенности поведения при остром и хроническом стрессах.

Групповая дискуссия на тему:

Литература:

1. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

2. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.
3. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.
4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
5. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
6. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.
Изучение темы направлено на приобретение:
знаний: основ психологии стресса, основных признаков, видов и фаз развития стресса;
умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать стресс-факторы;
навыков: работы с научно-методической литературой, анализа специфики спортивного стресса и особенностей поведения при остром и хроническом стрессах.
Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 17).

Тема 2: Процессы, ресурсы, стратегии и стили преодоления стресса. (2 часа)

Вопросы.

Диагностика стресса и тревожности. Коппинг-стратегии преодоления стресса. Психопрофилактика и психокоррекция стресса и тревожности. Методы и приемы предупреждения стрессовых воздействий.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: причины повышенной тревожности; тайм-менеджмент как эффективный метод профилактики стрессовых воздействий. Групповая дискуссия на тему: Способы предупреждения и коррекции ситуативной и личностной тревожности.

Эмоциональный интеллект как ресурс преодоления стресса. Жизнестойкость как ресурс преодоления стресса. Диагностика особенностей копинг-поведения с помощью опросника «Проактивное совладающее поведение» Е. ССтарченковой.

Гендерные и возрастные особенности преодолевающего поведения. Семейные и профессиональные факторы преодолевающего поведения. Диагностика стратегий преодоления стресса с помощью опросника Р. Лазаруса, Фолкмана.

Литература:

1. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
2. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.

3. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

6. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ психологии стресса, основных признаков, видов и фаз развития стресса;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать стресс-факторы;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа специфики спортивного стресса и особенностей поведения при остром и хроническом стрессах.

Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 17).

Тема 3: Диагностика, психопрофилактика и психокоррекция стресса и тревожности в спорте (2 часа)

Вопросы.

Психологические защиты и копинг-стратегии как способы преодоления стресса. Виды психологических защит. Роль социального окружения в поддержании устойчивости к стрессу.

Литература:

1. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

2. Маришук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Маришук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.

3. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.

4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

6. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ психологии стресса, основных признаков, видов и фаз развития стресса;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать стресс-факторы;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа специфики спортивного стресса и особенностей поведения при остром и хроническом стрессах.

Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 17).

Тема 4: Профилактика и коррекция стресса (2 часа)

Вопросы.

Когнитивные методы преодоления и профилактики стресса. Тренинг позитивного мышления. Упражнения на снижение поляризованности мышления Де Боно. Краткосрочное психологическое консультирование, ориентированные на решение проблем. Метод формирования образа оптимального боевого состояния А.В.Алексеева.

Литература:

1. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
2. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.
3. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.
4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
5. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
6. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основ психологии стресса, основных признаков, видов и фаз развития стресса;

умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу; применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать стресс-факторы;

навыков: работы с научно-методической литературой, анализа специфики спортивного стресса и особенностей поведения при остром и хроническом стрессах.

Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 17).

Раздел 2. Эмоциональное выгорание в спорте.

Тема 5: Характеристика эмоционального выгорания, его компоненты. Диагностика, профилактика и коррекция эмоционального выгорания (2 часа).

Вопросы:

Понятие эмоционального выгорания в спорте. Симптомокомплексы синдрома эмоционального выгорания, их характеристика, последствия.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: Основные признаки (компоненты) эмоционального выгорания.

Выгорание в спортивных командах.

Профилактика снижения эффективности совместных действий спортсменов в спортивных командах. Психологическое просвещение как ресурс профилактики психологического выгорания в спортивных командах.

Психопрофилактика и психокоррекция эмоционального выгорания: причины, способствующие развитию синдрома эмоционального выгорания.

Выполнение в подгруппах кейс-заданий по проблемам: Методы профилактики и способы коррекции синдрома эмоционального выгорания.

Диагностика эмоционального выгорания.

- опросник «Синдром выгорания» А. Рукавишникова;

- опросник «Профессиональное выгорание» К. Маслач и С. Джексон;

- анализ существующих «помех времени» и выявление эффективного тайм-менеджмента и др.

Практическое задание: Изучить проявление синдрома эмоционального выгорания с помощью опросников А.А. Бойко или К. Маслач и С. Джексон (на выбор).

Вопросы для закрепления и обсуждения.

1. Определение феномена эмоционального выгорания. Расскажите историю его изучения.

2. Изложите основные подходы к определению феномена эмоционального выгорания.

3. Перечислите главные фазы в развитии выгорания.

4. Раскройте факторы, связанные с появлением и развитием выгорания.

5. Охарактеризуйте профилактические меры при синдроме эмоционального выгорания.

Литература:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

2. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.

3. Гринберг, Дж. С. Управление стрессом / Дж. С. Гринберг. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.

4. Либина, А. В. Психология совладания: учеб. пособие для вузов / А. В. Либина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 318 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11605-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542676> (дата обращения: 29.05.2024).

5. Малкин, В. Спорт — это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. — Москва: Спорт, 2015. — 176 с. — Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

6. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб.: Сентябрь, 2001. – 260 с.

7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

8. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс] / В.К. Сафонов. — Москва: Спорт, 2017. — 289 с. — Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

Изучение темы направлено на приобретение:

*знаний: основ психологии эмоционального выгорания, основных признаков, симпто-
комплексов эмоционального выгорания;*

*умений: самостоятельно анализировать научную и методическую литературу;
применять понятийно-категориальный аппарат спортивной психологии, анализировать
признаки эмоционального выгорания;*

*навыков: работы с научно-методической литературой, анализа специфики эмоци-
онального выгорания в спорте.*

Формирование универсальных компетенций (УК – 6), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 10), профессиональных (ПК – 1, 5, 17).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	1. Реферат на тему: Современные концепции стресса. 2. Подготовка докладов на темы: История учения о стрессе. Модели и теории дей- ствия стресса. Стресс в различных жизненных сферах. Основные понятия и типы стрессовых си- туаций. 3. Анализ собственных стрессовых симптомов и состояний на основе психодиагностики.	4	Беседа-дискуссия на семинаре. Реферат. Доклады. Самоанализ личност- ных ресурсов преодо- ления стресса.
2.	1. Подготовка сообщение для тренеров «Стресс и его влияние на спортсменов» 2. Подготовка доклада на тему: Защитные механизмы личности. 3.Измерить стрессонаполненность собственной жизни с помощью анкеты «Стрессонаполнен- ность жизни» Т.Холмса и Р. Райха.	4	Беседа-дискуссия на семинаре. Доклад. Самоанализ личност- ных ресурсов преодо- ления стресса.
3.	1. Подготовка доклад на тему «История исследо- ваний стресса в спорте», 2.Подготовка сообщения для спортсменов, для тренеров, для родителей юных спортсменов «Стресс и устойчивость спортсменов к нему»	4	Беседа-дискуссия на семинаре. Доклад. Сообщения для раз- личных субъектов спортивной деятельно- сти.

4.	1. Подготовка докладов на тему: Внутренние и внешние ресурсы преодоления стресса. 2. Возрастные и гендерные особенности преодоления стресса. Психологическая культура как ресурс преодоления стресса. Социальная поддержка как ресурс стрессоустойчивости. 3. Оценка собственных ресурсов стрессоустойчивости с помощью методик Н.Водопьяновой, М.Штейна: -Шкала оптимизма и активности (шкала AOS). -Опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов» (ОППР) 4. Найти дополнительные собственные ресурсы	4	Беседа-дискуссия на семинаре. Доклад.
5.	1. Определить предпочитаемые стратегии преодоления стресса с помощью методик: 2. Стратегии преодоления стрессовых ситуаций (SACS), адаптированный Н. Водопьяновой, Е. Старченковой. 3. Преодоление трудных жизненных ситуаций (ПТСЖ) В.Янке, Г. Эрдманна.	14	Беседа-дискуссия на семинаре. Сообщения для различных субъектов спортивной деятельности.
6.	1. Организация диагностических исследований по заданным темам: «гендерные особенности выбора копинг-стратегий в выбранном виде спорта», «Возрастные особенности преодоления трудных жизненных ситуаций», «Особенности копинг-механизмов у спортсменов, играющих в шахматы» и др. Анализ полученных результатов исследования. 2. Подготовка рефератов на тему: «Виды психологических защит и их влияние на здоровье человека», «Принципы копинг-поведения», «Преобразование образа –Я», «Жизненная стратегия и ее выбор», «Установки, ценностные ориентации, мировоззрение и их влияние на здоровье человека» Выполнение методик: Опросник Келлермана-Плутчика 2. Построение жизненной перспективы	4	Проверка результатов психодиагностических исследований. Проверка рефератов.
7.	1. Подготовка реферата на тему: Модели профессионального выгорания, их особенности. 2. Разработка мини-лекции «тайм-менеджмент». 3. Разработка методов профилактики профессионального выгорания по результатам диагностического заключения	4	Проверка реферата. Проверка мини-лекции для спортсменов «Тайм-менеджмент».
8.	Разработать программу тренинга по развитию стрессоустойчивости.	8	Проверка программ тренинга по развитию стрессоустойчивости.
9.	Подготовка к зачёту	12	зачёт
Итого		58	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
2. Гринберг, Дж. С. Управление стрессом / Дж. С. Гринберг. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
3. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
4. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
5. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.
6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
7. Сандомирский, М. Е. Как справиться со стрессом / М. Е. Сандомирский. – Воронеж: НПО МОДЕК, 2000. – 176 с.
8. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

Дополнительная:

9. Алиев, Х. М. Защита от стресса: как сохранить и реализовать себя в современных условиях / Х. М. Алиев. – М., 1996. – 239 с.
10. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
11. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.
12. Вяткин, Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б. А. Вяткин. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 67 с.
13. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. - М. : Советский спорт, 2010. - 158 [2] с. : портр., табл., граф. - (Атланты спортивной науки). - Библиогр.: с. 154-159.
14. Либи́на, А. В. Психология совладания : учебн. пособие для вузов / А. В. Либи́на. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 318 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11605-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542676> (дата обращения: 29.05.2024).
15. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.

16. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
17. Психология детско-юношеского спорта: учебник для студентов высш. учеб. заведений / А. В. Родионов [и др.]; под ред. А. В. Родионова. – М.: Физическая культура и спорт, 2013. – 277 с.
18. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
19. Психология и современный спорт : междунар. сб. науч. работ по психологии спорта ; сост.: А. В. Родионов, Н. А. Худадов. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.
20. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.
21. Психология современного спорта высших достижений : Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>
22. Сафонов, В.К. Агрессия в спорте: монография [Электронный ресурс] / В.К. Сафонов. – СПб. : Изд-во С.-Петерб. Ун-та, 2003. – 159 с. – Текст: электронный // URL: [https://dl.libcats.org/genesis/840000/5931f47c1417aa81a9cd06ae9c316fb2/_as/\[Safonov_V.K.\]_Agressiya_v_sporte\(libcats.org\).pdf](https://dl.libcats.org/genesis/840000/5931f47c1417aa81a9cd06ae9c316fb2/_as/[Safonov_V.K.]_Agressiya_v_sporte(libcats.org).pdf)
23. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
24. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>
25. Сопов, В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: метод. пособие / В. Ф. Сопов. – М., 2010. – 115 с.
26. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.
27. Черникова, О. А. Соперничество, риск, самообладание в спорте / О. А. Черникова. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 104 с.

Темы рефератов:

1. Организационный стресс.
2. Информационный стресс.
3. Внутриличный стресс.
4. Стрессоустойчивость личности.
5. Влияние личностных особенностей на возникновение и преодоление стресса.
6. Возрастные особенности стресса.
7. Особенности переживания стресса у мужчин и женщин (гендерный аспект стресса).
8. Взаимосвязь стихийных бедствий (ЧС) и стресса.
9. Профессиональный стресс у тренеров.
10. Соревновательный стресс.
11. Взаимосвязь алкоголизма (курения, наркомании) со стрессом.
12. Особенности стресса во время полёта.
13. Влияние стресса на протекание беременности.
14. Взаимосвязь стрессовых состояний с возникновением онкологических заболеваний.
15. Психосоматические заболевания как последствия стресса.
16. Причины эмоционального выгорания в профессиональной сфере.

17. Влияние эмоционального выгорания на физическое здоровье.
18. Стратегии преодоления эмоционального выгорания в отношениях.
19. Роль социальной поддержки в профилактике эмоционального выгорания.
20. Эмоциональное выгорание у педагогов: причины и профилактика.
21. Психологические и физические последствия эмоционального выгорания.
22. Роль социальной поддержки в преодолении эмоционального выгорания.
23. Связь между эмоциональным выгоранием и психическими расстройствами.
24. Роль самопомощи и самозаботы в преодолении эмоционального выгорания.
25. Как избежать эмоционального выгорания.
26. Влияние физической активности на уровень стресса и выгорания.
27. Влияние стресса на развитие эмоционального выгорания.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-6. Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8 Управление персоналом, задействованным в обеспечении и сопровождении подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва ПС 05.003 «Тренер», Н/04.7 Координация и контроль работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов спортивной сборной команды	Знает: методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации; Умеет: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Имеет опыт мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной сборной команды
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.003 «Тренер», Ф/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8 Руководство процессом централизованной	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процес-

	тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	са на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.
ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена	ПС 05.003 «Тренер» D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	Знает: способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена; Умеет: вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях; Имеет опыт проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям
ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач.	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося C/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знает: основы психологии кризисных ситуаций в жизни и деятельности спортсмена, психотехнологий в работе со спортсменами; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период; Имеет опыт формирования и поддержания спортивной мотивации занимающихся при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях.
ПК-17. Способен использовать в профессиональной деятельности современные средства и методы психологической профилактики, восстановления и реабилитации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья спортсменов и тренеров.	ПС 05.003 «Тренер», C/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки C/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спор-	Знает: психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации Умеет: применять средства физического и психического восстановления занимающихся; Имеет опыт анализа эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной

	тивных дисциплин) Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	команды.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки презентации.

Форма итогового контроля – зачет (2 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. *Для того чтобы избавиться от стресса, нужно фиксироваться на:*
 - А. своих отрицательных эмоциях
 - Б. положительных переживаниях
 - В. проблеме
 - Г. путях выхода из него
 - Д. позитивных образах
2. *Расположите в правильной последовательности стадии стресса.*
 - А. стадия резистентности
 - Б. стадия тревоги
 - В. стадия истощения

3. *Перечислите факторы, способствующие переходу стресса в эвстресс:*
- А. положительный эмоциональный фон
 - Б. недостаток нужной информации
 - В. опыт решения подобных проблем в прошлом
 - Г. чувство беспомощности перед возникшей проблемой
4. *Перечислите факторы, способствующие переходу стресса в дистресс:*
- А. чрезмерная сила стресса
 - Б. большая продолжительность стрессорного воздействия
 - В. одобрение действий индивидуума со стороны социальной среды
 - Г. позитивный прогноз на будущее
5. *Трудность сосредоточения, повышенная отвлекаемость, сужение поля внимания – являются признаками стресса.*
- А. поведенческими
 - Б. физиологическими
 - В. эмоциональными
 - Г. интеллектуальными
6. *К объективным методам оценки уровня стресса относятся:*
- А. регистрация частоты сердечных сокращений
 - Б. бланковое тестирование
 - В. электрокардиография
 - Г. интроспекция
 - Д. определение показателей артериального давления
7. *Показатель ситуативной тревожности 57 баллов по Ч.Спилбергеру можно отнести к уровню.*
- А. низкому
 - Б. среднему
 - В. высокому
 - Г. сверхвысокому
8. *Головная боль относится к форме проявления стресса.*
- А. поведенческой
 - Б. эмоциональной
 - В. интеллектуальной
 - Г. физиологической
9. *С какой стадии начинается стресс?*
- А. со стадии адаптации
 - Б. со стадии тревоги
 - В. со стадии резистентности
 - Г. со стадии истощения
10. *В рамках психологической коррекции тревожности важная роль отводится саморегуляции. Оцените эффективность следующих способов:*

- А. переключение и отвлечение;
- Б. снижение значимости;
- В. продумывание плана Б;
- Г. физическая разминка;
- Д. временная отсрочка цели с модернизацией плана ее достижения, то есть включение новых этапов;
- Е. проигрывание предыдущих ситуаций успеха и гордости за себя или просто позитивных приятных моментов.

7.2.3 Вопросы к зачету

1. Стресс как состояние психической напряженности.
2. Виды и фазы развития стресса.
3. Факторы, способствующие возникновению состояния: внешние и внутренние.
4. Спортивные стрессы и их специфика.
5. Стресс как состояние психической напряженности, его специфика в спорте.
6. Основные признаки стресса.
7. Диагностика стресса.
8. Ресурсы преодоления стресса.
9. Стратегии и стили преодоления стресса.
- 10.
11. Коппинг-стратегии преодоления стресса.
12. Психопрофилактика и психокоррекция стресса.
13. Методы и приемы предупреждения стрессовых воздействий.
14. Особенности поведения при остром и хроническом стрессах.
15. Тайм-менеджмент как эффективный метод профилактики стрессовых воздействий.
16. Психопрофилактика и психокоррекция тревожности. Причины повышенной тревожности.
17. Способы предупреждения и коррекции ситуативной и личностной тревожности.
18. Агрессия в спорте, ее виды.
19. Причины агрессии, основные направления коррекционной работы.
20. Изучение агрессии в спорте.
21. Психопрофилактика и психокоррекция агрессии.
22. Понятие эмоционального выгорания в спорте.
23. Симптомокомплексы синдрома эмоционального выгорания, их характеристика.
24. Основные признаки (компоненты) эмоционального выгорания.
25. Диагностика эмоционального выгорания.
26. Психопрофилактика и психокоррекция эмоционального выгорания.
27. Причины, способствующие развитию синдрома эмоционального выгорания.
28. Методы профилактики и способы коррекции синдрома эмоционального выгорания.

Критерии оценки знаний на зачете

«Зачтено» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений; последовательность, логика изложения, умение подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличие собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся

должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«**Не зачтено**» - обучающийся не может изложить содержание материала, ответ требует серьёзных дополнений, не последователен и не логичен, не содержит обобщения и выводы. Обучающийся испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
2. Гринберг, Дж. С. Управление стрессом / Дж. С. Гринберг. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
3. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
4. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный // URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
5. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.
6. Мони́на, Г. Б. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости» / Г. Б. Мони́на, Н. В. Раннала. – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.
7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
8. Сандомирский, М. Е. Как справиться со стрессом / М. Е. Сандомирский. – Воронеж: НПО МОДЕК, 2000. – 176 с.
9. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

Дополнительная:

10. Алиев, Х. М. Защита от стресса: как сохранить и реализовать себя в современных условиях / Х. М. Алиев. – М., 1996. – 239 с.
11. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
12. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.
13. Воскресенская, Е. В. Формирование эмоционально-волевой сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий. – Минск: БГУФК, 2016. – 95 [4] с.: ил.

14. Вяткин, Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б. А. Вяткин. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 67 с.
15. Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л. Д. Гиссен. – М. : Советский спорт, 2010. – 158 [2] с. : портр., табл., граф. – (Атланты спортивной науки). – Библиогр.: с. 154-159.
16. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
17. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
18. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко.- М. : Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223276.html>
19. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
20. Психология детско-юношеского спорта: учебник для студентов высш. учеб. заведений / А. В. Родионов [и др.]; под ред. А. В. Родионова. – М.: Физическая культура и спорт, 2013. – 277 с.
21. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
22. Психология и современный спорт : междунар. сб. науч. работ по психологии спорта ; сост.: А. В. Родионов, Н. А. Худатов. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.
23. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.
24. Психология современного спорта высших достижений : Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805762.html>
25. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
26. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>
27. Сопов, В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: метод. пособие / В. Ф. Сопов. – М., 2010. – 115 с.
28. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.
29. Черникова, О. А. Соперничество, риск, самообладание в спорте / О. А. Черникова. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 104 с.
30. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.
31. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М. : Советский спорт, 2006. – 163 с.
32. Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учеб. пособие / Б.П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Дисциплина разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала и призвана обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине важно показывать возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, схем, кинофильмов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения: семинары-дискуссии; разбор конкретных ситуаций; деловые игры.

Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя обучающегося, а прежде всего их взаимная детерминация.

Критерии подготовленности к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;

2) психологическая готовность к выступлению и участию в дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающихся на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности.

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Творческое задание – одна из форм самостоятельной работы, способствующая углублению знаний, выработке устойчивых навыков самостоятельной работы. Творческое задание – задание, которое содержит больший или меньший элемент неизвестности и имеет, как правило, несколько подходов. В качестве главных признаков творческих домашних работ выделяют: высокую степень самостоятельности; умение логически обрабатывать материал; умение самостоятельно сравнивать, сопоставлять и обобщать материал; умение классифицировать материал по тем или иным признакам; умение высказывать свое отношение к описываемым явлениям и событиям; умение давать собственную оценку какой-либо работы и др.

Выделяют следующие виды творческих заданий: когнитивные, креативные, организационно-деятельностные.

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу привлекательности вида спорта, определенного для нее. Затем поочередно от группы выступает представитель. Критерии оценки презентации: раскрытие цели сообщения и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из

них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

Очень важно, чтобы преподаватель постоянно расширял свои психологические знания, был в курсе методологических и теоретических новинок, относящихся к исследованиям в области психологии.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для

		мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

** Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

	Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level		

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.пс.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева

Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике

А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА ПРЕПОДАВАНИЯ В
ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ**

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»
профиль программы «Спортивная психология. Управление психологической
подготовкой в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс - 2

Семестр – 4

Итоговая форма контроля: 4 семестр – зачет

Рабочую программу разработала:
кандидат пед. наук, доцент
Шукаева А.В.

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	7
4. Объем дисциплины и виды учебной работы.....	8
5. Содержание дисциплины.....	8
5.1. Количество часов по видам занятий.....	8
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий.....	9
5.2.1. Содержание практических занятий.....	9
6. Самостоятельная работа студентов.....	13
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	15
7.1. Этапы формирования компетенций	15
7.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	15
7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы.....	18
7.3.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	18
7.3.2. Вопросы к зачету.....	23
8. Перечень основной и дополнительной литературы.....	24
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	26
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	26
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	27

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Минобрнауки России от 16.10.2017 № 48567.

Область профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу магистратуры, осуществляется в профессиональной деятельности:

01 Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд, в сфере управления в области физической культуры и спорта) (п.1.11.).

Вид профессиональной деятельности: тренерская, аналитическая, научно-исследовательская и организационно-управленческая.

В рамках освоения программы магистратуры выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

Типы профессиональных задач:

-тренерской;

-аналитической;

-организационно-управленческой;

-научно-исследовательской.

Профессиональный стандарт (ПС):

Тренер

1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавания в высшей школе»

Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавания в высшей школе» реализуется в рамках вариативной части дисциплин по выбору основной образовательной программы, разработанной в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 «Спорт», профиль «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта»

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавания в высшей школе» состоит из двух самостоятельных разделов:

1. Раздел. Методология целеобразования в высшей школе

2. Раздел. Педагогическое мастерство – высший уровень преподавания в высшей школе

В первом разделе раскрываются:

- предмет педагогического мастерства;

- современная концепция высшего образования и дидактические подходы к ее реализации;

- проектирование целей обучения на основе диагностических подходов.

Во втором разделе рассматриваются психолого-педагогические аспекты преподавания в высшей школе.

Технология организации и осуществления профессионального общения в процессе образовательной деятельности. Коммуникативная компетентность. Уровни профессионализма педагога по функциональному и результативно-личностному аспектам его деятельности.

Учебный процесс по дисциплине «Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавания в высшей школе» осуществляется на аудиторных занятиях в форме практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы

2.Результаты обучения по дисциплине

В результате освоения программы магистратуры у выпускника должны быть сформированы компетенции:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.

ОПК-4. Способен формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.

ОПК-5. Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.

ПК-6. Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения.

ПК-7. Способен изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, российский и зарубежный опыт по тематике исследований, планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования.

ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности.

ПК-19. Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знать: - Консультационную, методическую поддержку тренеров и спортсменов спортивных сборных команд по виду спорта, специалистов организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, по вопросам организации, подготовки спортивного резерва. Уметь: - использовать профильную информационную систему для обмена актуальной информацией Иметь опыт: - владения различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности.	ПФ «Тренер» Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	УК-3, ПК-7, ПК-11
Знать: - содержание воспитательной работы со спортсменами спортивной сборной команды, формирование и поддержание благоприятного психологического климата и состояния уровня мотивированности спортсменов спортивной сборной команды. Уметь: -выявлять положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Иметь опыт: - разрабатывать предложения по корректировке дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки в организациях, готовящих спортивный резерв	Тренер Н/01.7 – Контроль процесса отбора спортсменов в спортивную сборную команду	ОПК-4, ПК-19
Знать: - способы взаимодействия тренера с различными субъектами образовательного процесса. Уметь: -выявлять положительные и отрицательные тенденции в организации	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для	УК-1, ПК-6

тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Имеет опыт: - консультирования участников системы подготовки спортивного резерва по вопросам развития вида спорта в Российской Федерации, по проведению спортивного отбор	пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	
Знать: - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи. Уметь: - методически обосновывать новые технологии отбора перспективных спортсменов, критерии отбора спортсменов в спортивный резерв Имеет опыт: - соблюдения нравственных и этических норм в процессе коммуникации.	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	ОПК-5
Знать: - положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Уметь: -соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт: -совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны.	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта	ПК-11, ПК-7

	(спортивной дисциплине)	
Знать: - Консультационную, методическую поддержку тренеров и спортсменов спортивных сборных команд по виду спорта, специалистов организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, по вопросам организации, подготовки спортивного резерва. Уметь: - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт - использования в профессиональной деятельности актуальные приемы диагностики спортивно-педагогических показателей с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы адекватные поставленным задачам.	Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	ПК-19
Знать: - способы совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны. Уметь: - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт: - сбора информации, обобщения и использования информации о подготовке спортивного резерва.	Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	ПК-6, ПК-11

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к вариативной части дисциплин по выбору основной профессиональной образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе, по очной форме обучения. Вид итоговой форме контроля – зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: психологическое обеспечение в спорте; межличностное общение в спортивной деятельности.

3. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	семестры 3
Контактная работа преподавателей с обучающимися		14	14
Практические занятия		10	10
Зачет		4	4
Самостоятельная работа		58	58
Общая трудоемкость	часы	72	
	ЗЕ	2	

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

№ п/п	Наименование тем и разделов	Всего (час)	Лекции (час)	Практ.з. (час)	Самост. работа (час.)
1.	Раздел 1. <i>Методология целеобразования в высшей школе (20 часов)</i> Предмет педагогического мастерства.	14		2	12
2.	Современная концепция высшего образования и дидактические подходы к ее реализации	14		2	12
3.	Раздел 2. Педагогическое мастерство – высший уровень преподавания в высшей школе (48 часов) Психолого-педагогические аспекты преподавания в высшей школе	14		2	12
4.	Технология организации и осуществления профессионального общения в процессе образовательной деятельности. Коммуникативная компетентность.	14		2	12
5.	Мастерство преподавателя высшей школы в управлении воспитательным и образовательным процессами.	12		2	10
	Зачет	4			
	<i>Итого</i>	72		10	58+4 ч. зачет

*- занятия, проводимые с использованием активных и интерактивных методов обучения.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Темы и планы практических занятий (4часов)

Раздел 1. Методология целеобразования в высшей школе

Тема 1. Предмет педагогического мастерства.

Количество часов – 2

План

1. Предмет изучения педагогического мастерства.
2. Структурные составляющие педагогического мастерства.
3. Методы педагогических исследований в высшей школе.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний - сущности и социальной значимости своей профессии, основных проблем, определяющих конкретную область своей будущей профессии; их взаимосвязь в системе знаний; актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля в высшей школе и контроля качества обучения; умений - осознанно оперировать системой спортивно-педагогических понятий; применять теоретические знания в практической деятельности профессионального характера; навыков - способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны (УК-1; ОПК- 4,5).

Литература:

1. Елканов С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя/ С.Б. Елканов.-М.:Просвещение,1989
2. Сластенин В.А. Педагогика: учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов ; под ред. В.А. Сластенина. - 6-е изд., стер. - Москва : Изд. центр «Академия», 2007. - 576 с.
3. Хозяинов Г.И. Мастерство педагога в процессе образования и обучения [Электронный ресурс] : монография / Г.И. Хозяинов .— М. : Физическая культура, 2006.— 224 с. —Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/286718>.

ТЕМА 2. Современная концепция высшего образования и дидактические подходы к ее реализации

Количество часов– 2 часа

План

1. Понятие о структуре современных проблем образования и основных способах их решения.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт, модель и основное назначение.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний методологических основ современного профессионального образования, и (или) ДПО, и (или) профессионального обучения; порядка разработки и использования примерных или типовых образовательных программ, проведения экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ; теории и практики СПО, ДПО и (или) профессионального обучения, в том числе зарубежные исследования, разработки и опыт; умений разрабатывать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации программ СПО, и (или) ДПП, и (или) программ профессионального обучения на основе анализа и с учетом, руководить разработкой научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации программ СПО и (или) ДПП и (или) программ профессионального обучения; навыков разработки (обновления) ФГОС СПО, примерных или типовых образовательных программ, примерных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей), проведения учебных занятий по программам подготовки кадров высшей квалификации и ДПП; формирование общекультурных (УК-3,), общепрофессиональных (ОПК-4, 5) и профессиональных (ПК-7) компетентностей.

Литература:

1. Бордовская, И. В. Педагогика: учебное пособие / И. В. Бордовская. – СПб.: Питер, 2009. – 370 с.
2. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. – М.: Юрайт, 2010. – 574 с.
3. Попков В.А. Дидактика высшей школы : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 033400 - Педагогика / В.А. Попков, А.В. Коржуев. - 2-е изд., испр. и доп. - М: Академия, 2004.
4. Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений /С.Д.Смирнов. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 304 с.

Раздел 2. Педагогическое мастерство – высший уровень преподавания в высшей школе (6 часов)

Тема 3. Психолого-педагогические аспекты преподавания в высшей школе

Количество часов- 2 часа

План

1. Физиологические, психологические и педагогические аспекты юношеского возраста.
2. Особенности работы с юношеским возрастом.
3. Юношеский максимализм и идеализм.
4. Специфика преподавания взрослым людям.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний методологических основ современного профессионального образования, и (или) ДПО, и (или) профессионального обучения; порядка разработки и использования примерных или типовых образовательных программ, проведения экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ; теории и практики СПО, ДПО и (или) профессионального обучения, в том числе зарубежные исследования, разработки и опыт; умений разрабатывать научно-методическое и учебно-

методическое обеспечение реализации программ СПО, и (или) ДПП, и (или) программ профессионального обучения на основе анализа и с учетом, руководить разработкой научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации программ СПО и (или) ДПП и (или) программ профессионального обучения; навыков разработки (обновления) ФГОС СПО, примерных или типовых образовательных программ, примерных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей), проведения учебных занятий по программам подготовки кадров высшей квалификации и ДПП; формирование общекультурных (УК-1,3), общепрофессиональных (ОПК- 5) и профессиональных (ПК-6,19) компетентностей.

Литература:

1. Бордовская, И. В. Педагогика: учебное пособие / И. В. Бордовская. – СПб.: Питер, 2009. – 370 с.
2. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. – М.: Юрайт, 2010. – 574 с.
3. Попков В.А. Дидактика высшей школы : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 033400 - Педагогика / В.А. Попков, А.В. Коржуев. - 2-е изд., испр. и доп. - М: Академия, 2004.
4. Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений /С.Д. Смирнов. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 304 с.

Тема 4. Технология организации и осуществления профессионального общения в процессе образовательной деятельности. Коммуникативная компетентность.

Количество часов- 4 часа

План

1. Профессиональное общение и его структура в деятельности педагога.
2. Технология проектирования профессионального общения.
3. Коммуникативные задачи и этапы их решения.
4. Технология реализации профессионального общения.
5. Коммуникативная компетентность. Установление профессионально целесообразных взаимоотношений.

Изучение темы направлено на приобретение знаний-способов взаимодействия преподавателя высшей школы с различными субъектами образовательного процесса; умений - использовать в своей деятельности профессиональную лексику; использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы адекватные поставленным задачам; навыков - различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны (УК-6; ОПК-4;5; ПК-11;6).

Литература:

1. Елканов С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя/ С.Б. Елканов. -М.: Просвещение,1989

2. Сластенин В.А. Педагогика: учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов ; под ред. В.А. Сластенина. - 6-е изд., стер. - Москва: Изд. центр «Академия», 2007. - 576 с.

3. Хозяинов Г.И. Мастерство педагога в процессе образования и обучения [Электронный ресурс] : монография / Г.И. Хозяинов .— М. : Физическая культура, 2006.— 224 с. —Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/286718>.

Тема 5. Мастерство преподавателя высшей школы в управлении воспитательным и образовательным процессами.

План

1. Основы организаторской деятельности преподавателя. Коллективная организаторская деятельность.

2. Коллективные творческие дела, этапы их организации.

3. Приемы создания благоприятного психологического климата в процессе работы.

Изучение темы направлено на приобретение знаний способов взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; умений - осознанно оперировать системой педагогических понятий; применять теоретические знания в практической деятельности профессионального характера; творчески подходить к решению педагогических задач и нестандартных ситуаций; навыков - различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны (УК - 1,3; ОПК- 5; ПК – 11,6,19).

Литература:

1. Елканов С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя/ С.Б. Елканов.-М.:Просвещение,1989.

2. Манойлов А.А. Профессиональная направленность как базовый компонент технологии подготовки спортивных педагогов [Электронный ресурс]: монография / А.А. Манойлов.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2010.— 141 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279202>.

3. Сластенин В.А. Педагогика: учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов ; под ред. В.А. Сластенина. - 6-е изд., стер. - Москва : Изд. центр «Академия», 2007. - 576 с.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание самостоятельной работы	Форма контроля	Кол-во часов
Работа с основной и дополнительной литературой по учебному курсу	Устный опрос, экзамен	
Подготовка к семинарским и лекционным занятиям	Устный, письменный опрос	
Углубленное изучение следующих тем программы: Раздел 1. Методология целеобразования в высшей школе. - Предмет педагогического мастерства. -Современная концепция высшего образования и дидактические подходы к ее реализации.	Опрос Опрос Устный опрос	 12
Раздел 2. Педагогическое мастерство – высший уровень преподавания в высшей школе - Психолого-педагогические аспекты преподавания в высшей школе. - Технология организации и осуществления профессионального общения в процессе образовательной деятельности. Коммуникативная компетентность. - Мастерство преподавателя высшей школы в управлении воспитательным и образовательным процессами.	Диспут-обсуждение Письменный опрос Опрос	12 12 12
Итого: Зачет	Устный опрос	10
		58 4

Перечень основной и дополнительной литературы.

Основная

1. Манойлов А.А. Профессиональная направленность как базовый компонент технологии подготовки спортивных педагогов [Электронный ресурс]: монография / А.А. Манойлов.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2010.— 141 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279202>.

2. Сластенин В.А. Педагогика: учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов ; под ред. В.А. Сластенина. - 6-е изд., стер. - Москва : Изд. центр «Академия», 2007. - 576 с.

3. Хозяинов Г.И. Мастерство педагога в процессе образования и обучения [Электронный ресурс] : монография / Г.И. Хозяинов .— М. : Физическая культура, 2006.— 224 с. —Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/286718>.

Дополнительная

1. Елканов С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя/ С.Б. Елканов.-М.:Просвещение,1989.

2. Загайнов Р. Психологическое мастерство тренера и спортсмена. Статьи и интервью [Электронный ресурс]: метод.пособие / Р. Загайнов.— М.: Советский спорт, 2005.— 106 с. — (В помощь олимпийцу).— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/187009>.

3. Костихина Н.М. Акмеологические аспекты профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту / Н.М. Костихина, О.Р. Кривошеева, О.М. Чусовитина ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Изд.-во СибГУФК, 2010. – 276 с.

4. Медведева Е.Н. Культурологический подход к процессу моделирования и реализации профессиональной подготовки спортивных педагогов [Электронный ресурс]: монография / А.А. Манойлов, Ю.В. Стрелецкая, Е.Н. Медведева.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2009.— 177 с. — Библиогр.: с. 146-175.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279201>.

5. Михайлова Т.В. Социально-педагогические основы деятельности тренера [Электронный ресурс] : монография / Т.В. Михайлова.— М. : Физическая культура, 2009.—288с.—Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/286738>.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижений компетенций
УК-3, ПК-7, ПК-11	ПФ «Тренер» Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	Знать (пороговый): - Консультационную, методическую поддержку тренеров и спортсменов спортивных сборных команд по виду спорта, специалистов организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, по вопросам организации, подготовки спортивного резерва. Уметь (стандартный): - использовать профильную информационную систему для обмена актуальной информацией Иметь опыт (эталонный): - владения различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности.
ОПК-4, ПК-19	Тренер Н/01.7 – Контроль процесса отбора спортсменов в спортивную сборную команду	Знать (пороговый): - содержание воспитательной работы со спортсменами спортивной сборной команды, формирование и поддержание благоприятного психологического климата и состояния уровня мотивированности спортсменов спортивной сборной команды. Уметь (стандартный): -выявлять положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Иметь опыт (эталонный): - разрабатывать предложения по корректировке дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и программ спортивной

		подготовки в организациях, готовящих спортивный резерв
УК-1, ПК-6	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	Знать (пороговый): - способы взаимодействия тренера с различными субъектами образовательного процесса. - Уметь (стандартный): - выявлять положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Имеет опыт (эталонный): - консультирования участников системы подготовки спортивного резерва по вопросам развития вида спорта в Российской Федерации, по проведению спортивного отбор
ОПК-5	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	Знать (пороговый): - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи. Уметь (стандартный): - методически обосновывать новые технологии отбора перспективных спортсменов, критерии отбора спортсменов в спортивный резерв Имеет опыт (эталонный): - соблюдения нравственных и этических норм в процессе коммуникации.
ПК-11, ПК-7	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения	Знать (пороговый): - положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва.

	спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	Уметь (стандартный) : -соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт (эталонный): -совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны.
ПК-19	Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	Знать (пороговый): - Консультационную, методическую поддержку тренеров и спортсменов спортивных сборных команд по виду спорта, специалистов организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, по вопросам организации, подготовки спортивного резерва. Умет (стандартный): - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт (эталонный): - использования в профессиональной деятельности актуальные приемы диагностики спортивно-педагогических показателей с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы адекватные поставленным задачам
ПК-6, ПК-11	Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта	Знать (пороговый уровень): - способы совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны. Уметь (стандартный уровень):

	(спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин	- соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт (эталонный уровень): - сбора информации, обобщения и использования информации о подготовке спортивного резерва.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

1. **Пороговый** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
2. **Стандартный** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
3. **Эталонный** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы промежуточного и итогового контроля.

Формами текущего контроля являются:

1. Оценка знаний, сформированных умений студентов в процессе групповых занятий
2. Выполнение индивидуальной и коллективной деятельности в творческих заданиях.

Темы рефератов

1. Педагогическое мастерство - объект, предмет.
2. Профессионализм личности и деятельности педагога.
3. Профессиональная направленность и способности - факторы движения к вершинам мастерства.

4. Задачи и этапы самосовершенствования человека.
5. Педагогический опыт как одна из основ педагогического мастерства.
- 6.Объективные и субъективные факторы достижения вершин профессионализма.
7. Педагогическая технология и мастерство педагога.
- 8.Виды педагогической компетентности и ее проявление в профессиональной деятельности преподавателя высшей школы.
- 9.Технология организации и осуществления педагогического общения в процессе профессиональной деятельности преподавателя высшей школы.

7.2.2. Форма итогового контроля - зачет

Курс «Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавания в высшей школе» общим объемом 72 час. завершается недифференцированным зачетом в 3 семестре, который охватывает: выявление уровня усвоения знаний; определение уровня сформированности умений, навыков; выполнение индивидуальной и в коллективной деятельности в творческих заданиях.

Обязательным условием получения зачета является написание реферата и его публичная защита (с презентацией) по одной из педагогических проблем, а также прохождение тестового задания.

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Педагогическое мастерство-объект, предмет.
2. Профессионализм личности и деятельности тренера.
3. Профессиональная направленность и способности – факторы движения к вершинам мастерства.
4. Задачи и этапы самосовершенствования человека.
5. Педагогический опыт как одна из основ педагогического мастерства.
6. Педагогическая технология и мастерство тренера.
7. Виды педагогической компетентности и ее проявление в профессиональной деятельности.
8. Технология организации и осуществления профессионального общения в процессе профессиональной деятельности.
9. Педагогическая направленность содержательных и процессуальных составляющих педагогического процесса в тренировочном процессе.

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является

одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Деятельность преподавателя вуза в большей степени должна быть направлена на: (2 правильных ответа)

1. Передачу научной информации студентам
2. Организацию познавательной деятельности и самостоятельной работы студентов
3. На усвоение студентами системы теоретических знаний
4. На обучение их основам выбранной профессии
5. На развитие самостоятельного мышления и креативности студентов

2. Определите критерий, соответствующий процессам образования и обучения, и в бланке ответов проставьте против номера соответствующую букву (например, 1а и т.д.) (2 ответа)

1. Процесс образования а) направлен на определенную деятельность
2. Процесс обучения б) направлен на освоение культуры деятельности, мышления, общения

3. Когда возникли первые университеты в мире? (1 ответ)

1. В 5 веке
2. В 18 веке
3. В начале 12 века
4. Еще в период древности, до нашей эры

4. В каком году был создан Московский государственный университет имени Ломоносова и сколько там первоначально было факультетов? (1 ответ)

1. В 1632 году, 2 факультета
2. В 1726 году, 4 факультета
3. В 1755 году, 3 факультета

5. Образование в современном мире рассматривается в трех взаимосвязанных планах: как(Напишите 3 слова)

1.
2.
3.

6. Пусковым механизмом любой деятельности, в том числе и учебной, является (Напишите слово)

7. Укажите основной признак студента как субъекта учебной деятельности (1 ответ):

1. Добросовестное выполнение учебных заданий
2. Регулярное посещение лекций и групповых занятий
3. Умение внимательно слушать преподавателя
4. Активность студента в процессе выполнения различных видов деятельности

8. Что такое обучаемость? (1 ответ)

1. Способность к развитию своей личности
2. Совокупность знаний, умений, навыков
3. Восприимчивость к усвоению новых знаний
4. Уровень актуального развития человека

9. Показателями обучаемости студента являются (2 ответа)

1. Результаты экзаменационной сессии
2. Желание студента учиться
3. Легкость освоения учебного материала
4. Экономичность и темп мышления
5. Достижения в области научно-исследовательской деятельности

10. Укажите какой зоне развития соответствуют следующие показатели (в бланке ответов против номера поставьте соответствующую букву) (2 ответа):

1. Обученность	а) зона ближайшего развития
2. Обучаемость	б) зона актуального развития

11. Слово «лекция» происходит от латинского «Lectio», которое означает....(Напишите слово) (1 ответ)

12. Бинарная лекция – это разновидность чтения лекции в форме (Напишите слово) (1 ответ)

13. Процесс усвоения знаний включает в себя: (Выберите 1 наиболее точный ответ)

1. Регулярную подготовку к занятиям
2. Положительное отношение к учебной деятельности

3. Восприятие, смысловую переработку, сохранение и применение полученных знаний

4. Словесные и практические методы обучения

14. Наиболее полно отвечают закономерностям усвоения знаний следующие методы обучения: (1 ответ)

1. Словесные методы обучения

2. Наглядные методы обучения

3. Методы упражнений

4. Активные методы обучения

5. Сочетание теоретических и практических методов в обучении

15. При использовании в обучении метода мозгового штурма обычно создают следующие группы: (2 ответа)

16. Найдите определение, соответствующее следующим понятиям, и в бланке ответом рядом с номером проставьте соответствующую букву: (2 ответа)

1. Оценка а) качественный анализ усвоения материала

2. Отметка б) количественное выражение усвоения материала

17. К специфике работы преподавателя вуза относятся: (2 ответа)

1. Необходимость осуществления обучения и воспитания студентов

2. Организация внеучебной деятельности студентов

3. Оказание психологической помощи и поддержки студентам при решении различных проблем

4. Необходимость сочетания научной и педагогической деятельности

5. Вооружение студентов методами самостоятельного овладения знаниями

18. Профессионализм педагога включает в себя: (3 ответа)

1. Хорошее развитие эмоционально-волевых качеств личности

2. Высокую результативность труда педагога

3. Высокий уровень интеллекта

4. Эффективное взаимодействие с другими людьми

5. Нравственную воспитанность педагога

19. В понятие культуры умственного труда входит 4 взаимосвязанных компонента. Исключите компонент, не относящийся к данному понятию: (1 ответ)

1. Личностный компонент
2. Операциональный компонент
3. Интеллектуальный компонент
4. Организационно-технический компонент
5. Гигиенический компонент

20. В процессе педагогического общения преподавателя со студентами наиболее оптимальными являются следующие стили: (2 ответа)

1. Демократический
2. Авторитарный
3. Либеральный

21. К формам программированного обучения НЕ относится: (1 ответ)

1. Линейная
2. Сложная
3. Разветвленная
4. Смешанная

7.2.3 Вопросы к зачёту

1. Современная концепция высшего образования и дидактические подходы к ее реализации.
2. Задачи высшего образования на современном этапе.
3. Пути улучшения профессиональной подготовки специалистов.
4. Требования к выпускнику вуза.
5. Предмет педагогики и психологии высшей школы.
6. Проектирование целей обучения на основе диагностических подходов.
7. Принципы проектирования модульной программы.
8. Структура компьютерных дидактических средств.
9. Обучение как процесс познания. Этапы обучения.
10. Программированное обучение.
11. Исследовательский метод обучения.
12. Пути активизации познавательной деятельности студентов.
13. Содержание образования как проблема вузовской педагогики.
14. Формы организации учебной работы в вузе (семинары, лабораторные занятия, коллоквиум).

15. Базовые элементы модели конкурентоспособности будущего специалиста.

16. Требования к умениям, навыкам и способам профессиональной деятельности

17. Процессы мышления в структуре учебно-познавательной деятельности. Внимание.

18. Зачеты и экзамены, требования к ним.

19. Значение контроля в высшей школе

20. Структура научной деятельности преподавателя вуза.

21. Взаимодействие научного и педагогического в деятельности преподавателя вуза.

22. Формирование профессионально-педагогической направленности.

23. Деловые игры. Методы имитационного моделирования.

24. Особенности личности студента, обуславливающие успешность учебной деятельности

25. Объективные и субъективные факторы стиля управления. Особенности стиля управления.

8. Перечень основной и дополнительной литературы.

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Варданян, А.Н. Педагогика высшей школы [Электронный ресурс] : метод. рекомендации / А.Н. Варданян.-РГУФКСМиТ, 2014.- 32с.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/236412>.

2. Попков, В.А. Дидактика высшей школы : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 033400 - Педагогика / В.А. Попков, А.В. Коржуев. - 2-е изд., испр. и доп. - М: Академия, 2004.

3. Смирнов, С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / С.Д. Смирнов. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 304 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Бордовская, Н.В. Педагогика: учебное пособие / Н.В. Бордовская. – СПб.: Питер, 2009. – 300 с.

2. Габай, Т.В. Педагогическая психология: учебное пособие/ Т.В. Габай. – 2-е изд. испр. – М.: Академия, 2005.

3. Джуринский, А.Н. История педагогики и образования / А.Н. Джуринский. – 2-е изд.- Москва, 2011. – 675 с.

4. Загвязинский, В.И. Теория обучения / В.И. Загвязинский. – М., 2006.- 160 с.

5. Краевский, В.В. Методология педагогики: новый этап: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.В. Краевский, Е.В. Бережнова. – М.: Изд. центр Академия, 2006. – 400 с.

6. Попков, В.А. Дидактика высшей школы : учеб. пособие / В.А. Попков, А.В. Коржуев. – 2-е изд., испр. и доп. – М: Академия, 2004.- 192 с.

7. Селиванов, В.С. Основы общей педагогики: теория и методика воспитания: учебное пособие / под ред. В.А. Сластенина. – 4-е изд., стер. – Москва: Академия, 2005. – 336 с.

ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС:

1. Базарова, Д.Р. Методологические проблемы современной психологии [Электронный ресурс]: учебно-метод. пособие / Д.Р. Базарова. – Улан-Удэ: Бурятский государственный университет, 2017. – 56 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/634002>

2. Белякова, Е. Г. Психолого-педагогический мониторинг [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Е. Г. Белякова, Т. А. Строкова. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 243 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/434431>

3. Кузьменко, И.В. Педагогические технологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / И.В. Кузьменко. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 84 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/179697>

4. Лысых, Н.В. Педагогика: введение в педагогическую деятельность [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н.В. Лысых. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 60 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/191125>

5. Мандель, Б.Р. Методика преподавания педагогики в современном высшем учебном заведении [Электронный ресурс]: учебное пособие для обучающихся в магистратуре Москва, Берлин: [Директ-Медиа](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=480428&sr=1), 2018. – 403 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=480428&sr=1

6. Методика преподавания: оценка профессиональных компетенций у студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / В. Н. Белкина [и др.]; под редакцией В. Н. Белкиной. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 212 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/424102>

7. Монжиевская, В.В. Деловое общение в текстах, схемах и таблицах [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению 49.03.01 (034300.62) «Физическая культура» / В.В. Монжиевская. – Иркутск: Издательство «Мегапринт», 2014. – 118 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/586513>

8. Психология и педагогика. Часть 2: Педагогика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / А.К. Осин. – Шуя: Изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2009. – 146 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/146086>

9. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / под общ. ред.: Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. – М.: Спорт, 2016. – 625 с.: ил. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641265>

10. Таран, И.И. Психология зрелых возрастов [Электронный ресурс]: учеб. пособие для бакалавров / В.В. Смирнова, И.И. Таран. – Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2014. – 311 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/357989>

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимой для освоения дисциплины

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
4. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
5. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
6. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
7. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
8. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Содержание курса сориентировано на формирование в процессе профессиональной подготовки педагогической направленности личности и педагогического мышления, творческой индивидуальной и коллективной мыследеятельности, направленности личности на самосовершенствование и достижение вершин профессионализма. Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавания в высшей школе – это раздел педагогической науки о закономерностях развития и самореализации творческого потенциала педагога.

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы, который способствует повышению эрудиции, знаний в области профессионального становления будущего педагога по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт», профиль «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», уровень - магистр.

Для этого необходимо изучить и осмыслить основную и дополнительную литературу по курсу. Знание и умение использовать различные педагогические системы как способ определения профессионализма педагога. Определять критерии уровня профессионализма педагога по функциональному аспекту, по результативно – личностному аспекту.

Индивидуальное выполнение заданий требует творческого подхода к изучению данной дисциплины. Этому способствует технология проведения учебных занятий по курсу и творческая работа над рефератом по одной из тем разных направлений. Выбор темы реферата зависит от интереса и уровня подготовки к профессиональной деятельности. Темы рефератов и задания обсуждаются индивидуально на семинарских занятиях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам педагогического мастерства

Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа,	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для

	групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

** Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.*

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

	2016 Russian Academic ONL 1Lic No level		

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



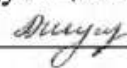
Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА
ОБУЧЕНИЯ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»
профиль программы «Спортивная психология. Управление психологической
подготовкой в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 2

Семестр – 4

Итоговая форма контроля: 4 семестр – зачёт

Рабочую программу разработала:
кандидат пед. наук, доцент
Пегов В.А.

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	7
4. Объем дисциплины и виды учебной работы.....	7
5. Содержание дисциплины.....	8
5.1 Количество часов по видам занятий.....	8
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	9
5.2.1 Содержание практических занятий.....	9
6. Самостоятельная работа студентов.....	13
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	15
7.1 Этапы формирования компетенций	15
7.2 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	18
7.2.1 Типовые контрольные задания или иные материалы.....	18
7.2.2 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	18
7.2.3 Вопросы к зачету.....	21
8. Перечень основной и дополнительной литературы.....	22
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	24
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	25
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	25

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Минобрнауки России от 16.10.2017 № 48567.

Область профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу магистратуры, осуществляется в профессиональной деятельности:

01 Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд, в сфере управления в области физической культуры и спорта) (п.1.11.).

Вид профессиональной деятельности: тренерская, аналитическая, научно-исследовательская и организационно-управленческая.

В рамках освоения программы магистратуры выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

Типы профессиональных задач:

-тренерской;

-аналитической;

-организационно-управленческой;

-научно-исследовательской.

Профессиональный стандарт (ПС):

Тренер

1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования» реализуется в рамках вариативной части дисциплин по выбору основной образовательной программы, разработанной в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 «Спорт», профиль «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта»

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования» состоит из двух самостоятельных разделов:

1. Технологии обучения.

2. Педагогическое мастерство.

В первом разделе рассматриваются вопросы различных педагогических методологий, базирующих на отличных теориях познания, характеристики «педагогики как технологии» и «педагогики как искусства».

Во втором разделе представлены вопросы формирования педагогического мастерства и педагогической техники преподавателя вуза, культуры и техники речи, искусства педагогического общения.

Учебный процесс по дисциплине «Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций и микролекций, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, самостоятельная разработка лекций.

2. Результаты обучения по дисциплине

В результате освоения программы магистратуры у выпускника должны быть сформированы компетенции:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.

ОПК-4. Способен формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.

ОПК-5. Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.

ПК-6. Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения.

ПК-8. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок.

ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности.

ПК-19. Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции

Знать: - Консультационную, методическую поддержку тренеров и спортсменов спортивных сборных команд по виду спорта, специалистов организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, по вопросам организации, подготовки спортивного резерва. Уметь: - использовать профильную информационную систему для обмена актуальной информацией Иметь опыт: - владения различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности.	ПФ «Тренер» Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	УК-3, ПК-8, ПК-11
Знать: - содержание воспитательной работы со спортсменами спортивной сборной команды, формирование и поддержание благоприятного психологического климата и состояния уровня мотивированности спортсменов спортивной сборной команды. Уметь: - выявлять положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Иметь опыт: - разрабатывать предложения по корректировке дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки в организациях, готовящих спортивный резерв	Тренер Н/01.7 – Контроль процесса отбора спортсменов в спортивную сборную команду	ОПК-4, ПК-19
Знать: - способы взаимодействия тренера с различными субъектами образовательного процесса. Уметь: - выявлять положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Имеет опыт:	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе	УК-1, ПК-6

- консультирования участников системы подготовки спортивного резерва по вопросам развития вида спорта в Российской Федерации, по проведению спортивного отбор	спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	
Знать: - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи. Уметь: - методически обосновывать новые технологии отбора перспективных спортсменов, критерии отбора спортсменов в спортивный резерв Имеет опыт: - соблюдения нравственных и этических норм в процессе коммуникации.	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	ОПК-5
Знать: - положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Уметь: -соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт: -совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны.	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	ПК-11, ПК-8
Знать: - Консультационную, методическую поддержку тренеров и спортсменов спортивных сборных команд по виду спорта, специалистов организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, по вопросам организации, подготовки спортивного резерва. Уметь: - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации.	Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	ПК-19

Имеет опыт - использования в профессиональной деятельности актуальные приемы диагностики спортивно-педагогических показателей с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы адекватные поставленным задачам.		
Знать: - способы совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны. Уметь: - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт: - сбора информации, обобщения и использования информации о подготовке спортивного резерва.	Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	ПК-6, ПК-11

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к вариативной части дисциплин по выбору основной профессиональной образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе, по заочной форме обучения. Вид итоговой форме контроля – зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: психологическое обеспечение в спорте; межличностное общение в спортивной деятельности.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр 4
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10	10
Практические занятия		10	10
Промежуточная аттестация (зачет)		4	4
Самостоятельная работа		58	58
Общая трудоемкость	часы	72	72
	ЗЕ	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Общее количество – 72 часа.

Практические занятия – 4 часа.

Интерактивные занятия – 6 часов.

Самостоятельная работа – 58 часов (+ 4 часа зачёт).

№	Темы	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лек-ции	Практические работы (в том числе, интерактивные*)	
	Раздел 1. Технологии обучения (38 часов)				
1	Введение. Понятия «методика преподавания» и «технологии обучения». История возникновения вопроса.	11		1	10
2	Сравнительная характеристика двух направлений в современной педагогике: «педагогика как технология» и «педагогика как искусство».	9		1*	8
3	Проблема «научного преподавания» и «формирования научной картины мира» в современном образовании.	9		1/1*	7
4	«Феноменологический подход в преподавании» как альтернатива «технологическому подходу».	9		1/1*	7
	Раздел 2. Педагогическое мастерство (34 часа)				
5	Психолого-педагогические аспекты преподавания в высшей школе.	10		1*	9
6	Педагогическое мастерство и педагогическая техника преподавателя вуза.	10		1*	9
7	Культура и техника речи преподавателя вуза.	10		1/1*	8
8	Зачёт	4			
	Итого:	72		4 / 6*	58 (+4 часа зачёт)

*- занятия, проводимые с использованием активных и интерактивных методов обучения.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Темы и планы практических занятий (4/6* часов)

Раздел 1. Технология обучения

1. Введение. Понятие «технологии обучения». История возникновения вопроса (1 час).

План:

1. Характеристика современного образования.
2. Соответствие образовательной и производственной сфер.
3. Заимствование из производства понятия «технологии».
4. Суть понятия «технология».
5. Человек и технология.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний методологических основ современного профессионального образования, и (или) ДПО, и (или) профессионального обучения; порядка разработки и использования примерных или типовых образовательных программ, проведения экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ; теории и практики СПО, ДПО и (или) профессионального обучения, в том числе зарубежные исследования, разработки и опыт; умений разрабатывать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации программ СПО, и (или) ДПП, и (или) программ профессионального обучения на основе анализа и с учетом, руководить разработкой научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации программ СПО и (или) ДПП и (или) программ профессионального обучения; навыков разработки (обновления) ФГОС СПО, примерных или типовых образовательных программ, примерных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей), проведения учебных занятий по программам подготовки кадров высшей квалификации и ДПП; формирование общекультурных (УК-1, 3), общепрофессиональных (ОПК-4, 5) и профессиональных (ПК-6, 8, 11, 19) компетентностей.

Литература:

1. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. – М.: Юрайт, 2010. – 574 с.
2. Зимняя, И. А. Педагогическая психология: учебник для вузов / И. А. Зимняя. – М.: Логос, 2002. – 348 с.
3. Пегов, В. А. Пробуждение самостоятельного мышления. Тренинг преобразования представлений и формирования личностной устойчивости к зависимостям. Учебное пособие / В. А. Пегов, А. В. Пегова, Л. П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2015. – 100 с.
4. Пегов, В. А. Человек и его возраст: Учебное пособие по возрастной психопедагогике / В. А. Пегов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. – 263 с.

2. Сравнительная характеристика двух направлений в современной педагогике: «педагогика как технология» и «педагогика как искусство» (1* час).

План:

1. Описание технологического подхода в образовании («педагогика как технология»).
2. Описание художественного подхода в образовании («педагогика как искусство»).
3. Возможности и проблемы того и другого подходов.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний методологических основ современного профессионального образования, и (или) ДПО, и (или) профессионального обучения;

порядка разработки и использования примерных или типовых образовательных программ, проведения экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ; теории и практики СПО, ДПО и (или) профессионального обучения, в том числе зарубежные исследования, разработки и опыт; умений разрабатывать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации программ СПО, и (или) ДПП, и (или) программ профессионального обучения на основе анализа и с учетом, руководить разработкой научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации программ СПО и (или) ДПП и (или) программ профессионального обучения; навыков разработки (обновления) ФГОС СПО, примерных или типовых образовательных программ, примерных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей), проведения учебных занятий по программам подготовки кадров высшей квалификации и ДПП; формирование общекультурных (УК-1, 3), общепрофессиональных (ОПК-4, 5) и профессиональных (ПК-6, 8, 11, 19) компетентностей.

Литература:

1. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. – М.: Юрайт, 2010. – 574 с.
2. Зимняя, И. А. Педагогическая психология: учебник для вузов / И. А. Зимняя. – М.: Логос, 2002. – 348 с.
3. Пегов, В. А. Пробуждение самостоятельного мышления. Тренинг преобразования представлений и формирования личностной устойчивости к зависимостям. Учебное пособие / В. А. Пегов, А. В. Пегова, Л. П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2015. – 100 с.
4. Пегов, В. А. Человек и его возраст: Учебное пособие по возрастной психопедагогике / В. А. Пегов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. – 263 с.

3. Проблема «научного преподавания» и «формирования научной картины мира» в современном образовании (1/1* час).

План:

1. Место науки в современном мире.
2. Описание научного способа познания.
3. Научная картина мира.
4. Научное преподавание и научная картина мира в образовании: проблемы и возможности.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний методологических основ современного профессионального образования, и (или) ДПО, и (или) профессионального обучения; порядка разработки и использования примерных или типовых образовательных программ, проведения экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ; теории и практики СПО, ДПО и (или) профессионального обучения, в том числе зарубежные исследования, разработки и опыт; умений разрабатывать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации программ СПО, и (или) ДПП, и (или) программ профессионального обучения на основе анализа и с учетом, руководить разработкой научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации программ СПО и (или) ДПП и (или) программ профессионального обучения; навыков разработки (обновления) ФГОС СПО, примерных или типовых образовательных программ, примерных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей), проведения учебных занятий по программам подготовки кадров высшей квалификации и ДПП; формирование общекультурных (УК-1, 3), общепрофессиональных (ОПК-4, 5) и профессиональных (ПК-6, 8, 11, 19) компетентностей.

Литература:

1. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. – М.: Юрайт, 2010. – 574 с.
2. Бордовская, И. В. Педагогика: учебное пособие / И. В. Бордовская. – СПб.: Питер, 2009. – 370 с.
3. Пегов, В. А. Пробуждение самостоятельного мышления. Тренинг преобразования представлений и формирования личностной устойчивости к зависимостям. Учебное пособие / В. А. Пегов, А. В. Пегова, Л. П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2015. – 100 с.
4. Пегов, В. А. Человек и его возраст: Учебное пособие по возрастной психопедагогике / В. А. Пегов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. – 263 с.

4. «Феноменологический подход в преподавании» как альтернатива «технологическому подходу» (1/1* час).

План:

1. Понятие «феномена».
2. Представители «феноменологического подхода»: Гёте, Гуссерль, Флоренский, Бор.
3. Возможности феноменологического преподавания в современном образовании.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний методологических основ современного профессионального образования, и (или) ДПО, и (или) профессионального обучения; порядка разработки и использования примерных или типовых образовательных программ, проведения экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ; теории и практики СПО, ДПО и (или) профессионального обучения, в том числе зарубежные исследования, разработки и опыт; умений разрабатывать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации программ СПО, и (или) ДПП, и (или) программ профессионального обучения на основе анализа и с учетом, руководить разработкой научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации программ СПО и (или) ДПП и (или) программ профессионального обучения; навыков разработки (обновления) ФГОС СПО, примерных или типовых образовательных программ, примерных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей), проведения учебных занятий по программам подготовки кадров высшей квалификации и ДПП; формирование общекультурных (УК-1, 3), общепрофессиональных (ОПК-4, 5) и профессиональных (ПК-6, 8, 11, 19) компетентностей.

Литература:

1. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. – М.: Юрайт, 2010. – 574 с.
2. Давыдов, В. В. Проблемы развивающего обучения / В. В. Давыдов. – М., 1986. – 240 с.
3. Пегов, В. А. Пробуждение самостоятельного мышления. Тренинг преобразования представлений и формирования личностной устойчивости к зависимостям. Учебное пособие / В. А. Пегов, А. В. Пегова, Л. П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2015. – 100 с.
4. Пегов, В. А. Человек и его возраст: Учебное пособие по возрастной психопедагогике / В. А. Пегов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. – 263 с.
5. Талызина, Н. Ф. Педагогическая психология / Н. Ф. Талызина. – М., 1998. – 257 с.

Раздел 2. Технология обучения

5. Психолого-педагогические аспекты преподавания в высшей школе (1* час).

План:

1. Психологические, физиологические и педагогические аспекты юношеского возраста.
2. Особенности работы с юношеским возрастом. Обретение душевной зрелости. Построение новых взаимоотношений с людьми на основе проявления качеств взрослого человека. Проблемные пути прохождения этого возраста в связи с особенностями современной цивилизации.
3. Становление юношей и девушек “предварительно взрослыми” людьми. Критерии зрелости. Юношеский максимализм и идеализм.
4. Проблемные пути прохождения этого возраста в связи с особенностями современной цивилизации.
5. Специфика преподавания взрослым людям.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний методологических основ современного профессионального образования, и (или) ДПО, и (или) профессионального обучения; порядка разработки и использования примерных или типовых образовательных программ, проведения экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ; теории и практики СПО, ДПО и (или) профессионального обучения, в том числе зарубежные исследования, разработки и опыт; умений разрабатывать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации программ СПО, и (или) ДПП, и (или) программ профессионального обучения на основе анализа и с учетом, руководить разработкой научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации программ СПО и (или) ДПП и (или) программ профессионального обучения; навыков разработки (обновления) ФГОС СПО, примерных или типовых образовательных программ, примерных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей), проведения учебных занятий по программам подготовки кадров высшей квалификации и ДПП; формирование общекультурных (УК-1, 3), общепрофессиональных (ОПК-4, 5) и профессиональных (ПК-6, 8, 11, 19) компетентностей.

Литература:

1. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. – М.: Юрайт, 2010. – 574 с.
2. Бордовская, И. В. Педагогика: учебное пособие / И. В. Бордовская. – СПб.: Питер, 2009. – 370 с.
3. Гусинский, Э. Н. Образование личности / Э. Н. Гусинский. – М., 1994. – 136 с.
4. Пегов, В. А. Пробуждение самостоятельного мышления. Тренинг преобразования представлений и формирования личностной устойчивости к зависимостям. Учебное пособие / В. А. Пегов, А. В. Пегова, Л. П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2015. – 100 с.
5. Пегов, В. А. Человек и его возраст: Учебное пособие по возрастной психопедагогике / В. А. Пегов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. – 263 с.
6. Талызина, Н. Ф. Педагогическая психология / Н. Ф. Талызина. – М., 1998. – 257 с.

6. Педагогическое мастерство и педагогическая техника преподавателя вуза (1* часа).

План:

1. Понятия «педагогическое мастерство» и «педагогическая техника».
2. Особенности реализации «педагогического мастерства» и «педагогической техники» в условиях вуза.
3. Закономерности построения лекционного материала и семинарских занятий.
4. Активные методы обучения.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний методологических основ современного профессионального образования, и (или) ДПО, и (или) профессионального обучения; порядка разработки и использования примерных или типовых образовательных программ, проведения экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ; теории и практики СПО, ДПО и (или) профессионального обучения, в том числе зарубежные исследования, разработки и опыт; умений разрабатывать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации программ СПО, и (или) ДПП, и (или) программ профессионального обучения на основе анализа и с учетом, руководить разработкой научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации программ СПО и (или) ДПП и (или) программ профессионального обучения; навыков разработки (обновления) ФГОС СПО, примерных или типовых образовательных программ, примерных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей), проведения учебных занятий по программам подготовки кадров высшей квалификации и ДПП; формирование общекультурных (УК-1, 3), общепрофессиональных (ОПК-4, 5) и профессиональных (ПК-6, 8, 11, 19) компетентностей.

Литература:

1. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. – М.: Юрайт, 2010. – 574 с.
2. Бордовская, И. В. Педагогика: учебное пособие / И. В. Бордовская. – СПб.: Питер, 2009. – 370 с.

3. Габай, Т. В. Педагогическая психология: учебное пособие / Т.В. Габай. –М.: Академия, 2005. – 240 с.
4. Гусинский, Э. Н. Образование личности / Э. Н. Гусинский. – М.,1994. – 136 с.
5. Пегов, В. А. Пробуждение самостоятельного мышления. Тренинг преобразования представлений и формирования личностной устойчивости к зависимостям. Учебное пособие / В. А. Пегов, А. В. Пегова, Л. П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2015. – 100 с.
6. Пегов, В. А. Человек и его возраст: Учебное пособие по возрастной психопедагогике / В. А. Пегов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. – 263 с.
7. Талызина, Н. Ф. Педагогическая психология / Н. Ф. Талызина. – М., 1998. – 257 с.

7. Культура и техника речи преподавателя вуза (1/1* часа).

План:

1. Понятия «культура речи» и «техника речи».
2. Вербальная и невербальная составляющие речи преподавателя, и работа над ними.
3. Телесность, движение и речь человека. «Лечащая сила слова».

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний методологических основ современного профессионального образования, и (или) ДПО, и (или) профессионального обучения; порядка разработки и использования примерных или типовых образовательных программ, проведения экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ; теории и практики СПО, ДПО и (или) профессионального обучения, в том числе зарубежные исследования, разработки и опыт; умений разрабатывать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации программ СПО, и (или) ДПП, и (или) программ профессионального обучения на основе анализа и с учетом, руководить разработкой научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации программ СПО и (или) ДПП и (или) программ профессионального обучения; навыков разработки (обновления) ФГОС СПО, примерных или типовых образовательных программ, примерных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей), проведения учебных занятий по программам подготовки кадров высшей квалификации и ДПП; формирование общекультурных (УК-1, 3), общепрофессиональных (ОПК-4, 5) и профессиональных (ПК-6, 8, 11, 19) компетентностей.

Литература:

1. Подласый, И. П. Педагогика: учебник / И. П. Подласый. – М.: Юрайт, 2010. – 574 с.
2. Бордовская, И. В. Педагогика: учебное пособие / И. В. Бордовская. – СПб.: Питер, 2009. – 370 с.
3. Гусинский, Э. Н. Образование личности / Э. Н. Гусинский. – М.,1994. – 136 с.
4. Пегов, В. А. Человек и его возраст: Учебное пособие по возрастной психопедагогике / В. А. Пегов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. – 263 с.

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам:

Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол. час.	Формы и сроки контроля
1. Введение. Понятия «методика преподавания» и «технологии обучения». История возникновения вопроса [1-3] / [1, 2, 4, 6, 10].	10	Письменная работа. В течение семестра
2. Сравнительная характеристика двух направлений в современной педагогике: «педагогика как технология» и «педагогика как искусство» [1-3] / [1, 2, 4, 6, 10].	8	Доклад на занятии. По графику дисциплины

3. Проблема «научного преподавания» и «формирования научной картины мира» в современном образовании [1-3] / [1-13].	7	Письменно. Чтение на занятии по графику дисциплины
4. «Феноменологический подход в преподавании» как альтернатива «технологическому подходу» [1-3] / [1, 2, 4, 6, 10, 13].	7	Устный опрос в течение семестра
5. Психолого-педагогические аспекты преподавания в высшей школе [1-3] / [1-13].	9	Устный опрос в течение семестра
6. Педагогические мастерство и педагогическая техника преподавателя вуза [1-3] / [1-13].	8	Обсуждение на занятии в течение семестра
7. Культура и техника речи преподавателя вуза [1-3] / [1-13].	8	Обсуждение на занятии в течение семестра
Зачёт	4	
Итого	58+4	

Перечень основной и дополнительной литературы.

Основная

1. Манойлов А.А. Профессиональная направленность как базовый компонент технологии подготовки спортивных педагогов [Электронный ресурс]: монография / А.А. Манойлов.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2010.— 141 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279202>.

2. Сластенин В.А. Педагогика: учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов ; под ред. В.А. Сластенина. - 6-е изд., стер. - Москва : Изд. центр «Академия», 2007. - 576 с.

3. Хозяинов Г.И. Мастерство педагога в процессе образования и обучения [Электронный ресурс] : монография / Г.И. Хозяинов .— М. : Физическая культура, 2006.— 224 с. —Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/286718>.

Дополнительная

1. Елканов С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя/ С.Б. Елканов.-М.:Просвещение,1989.

2. Загайнов Р. Психологическое мастерство тренера и спортсмена. Статьи и интервью [Электронный ресурс]: метод.пособие / Р. Загайнов.— М.: Советский спорт, 2005.— 106 с. — (В помощь олимпийцу).— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/187009>.

3. Костикина Н.М. Акмеологические аспекты профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту / Н.М. Костикина, О.Р. Кривошеева, О.М. Чусовитина ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Изд.-во СибГУФК, 2010. – 276 с.

4. Медведева Е.Н. Культурологический подход к процессу моделирования и реализации профессиональной подготовки спортивных педагогов [Электронный ресурс]: монография / А.А. Манойлов, Ю.В. Стрелецкая, Е.Н. Медведева.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2009.— 177 с. — Библиогр.: с. 146-175.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279201>.

5. Михайлова Т.В. Социально-педагогические основы деятельности тренера [Электронный ресурс] : монография / Т.В. Михайлова.— М. : Физическая культура, 2009.—288с.—Режимдоступа: <https://lib.rucont.ru/efd/286738>.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижений компетенций
УК-3, ПК-8, ПК-11	ПФ «Тренер» Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	Знать (пороговый): - Консультационную, методическую поддержку тренеров и спортсменов спортивных сборных команд по виду спорта, специалистов организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, по вопросам организации, подготовки спортивного резерва. Уметь (стандартный): - использовать профильную информационную систему для обмена актуальной информацией Иметь опыт (эталонный): - владения различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности.
ОПК-4, ПК-19	Тренер Н/01.7 – Контроль процесса отбора спортсменов в спортивную сборную команду	Знать (пороговый): - содержание воспитательной работы со спортсменами спортивной сборной команды, формирование и поддержание благоприятного психологического климата и состояния уровня мотивированности спортсменов спортивной сборной команды. Уметь (стандартный): -выявлять положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой

		основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Иметь опыт (эталонный): - разрабатывать предложения по корректировке дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки в организациях, готовящих спортивный резерв
УК-1, ПК-6	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	Знать (пороговый): - способы взаимодействия тренера с различными субъектами образовательного процесса. Уметь (стандартный): - выявлять положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва. Имеет опыт (эталонный): - консультирования участников системы подготовки спортивного резерва по вопросам развития вида спорта в Российской Федерации, по проведению спортивного отбор
ОПК-5	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	Знать (пороговый): - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи. Уметь (стандартный): - методически обосновывать новые технологии отбора перспективных спортсменов, критерии отбора спортсменов в спортивный резерв Имеет опыт (эталонный): - соблюдения нравственных и этических норм в процессе коммуникации.
ПК-11, ПК-8	Тренер G/02.7 – управление системой выявления перспективных спортсменов и проведение отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды РФ по виду спорта (спортивной	Знать (пороговый): - положительные и отрицательные тенденции в организации тренировочного, соревновательного процессов и разрабатывать на этой основе предложения по распространению опыта подготовки спортивного резерва.

	дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта РФ по виду спорта (спортивной дисциплине)	Уметь (стандартный) : -соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт (эталонный): -совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны.
ПК-19	Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	Знать (пороговый): - Консультационную, методическую поддержку тренеров и спортсменов спортивных сборных команд по виду спорта, специалистов организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, по вопросам организации, подготовки спортивного резерва. Уметь (стандартный): - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт (эталонный): - использования в профессиональной деятельности актуальные приемы диагностики спортивно-педагогических показателей с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы адекватные поставленным задачам
ПК-6, ПК-11	Тренер G/01.7- Организация и проведение мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)	Знать (пороговый уровень): - способы совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны. Уметь (стандартный уровень): - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации. Имеет опыт (эталонный уровень): - сбора информации, обобщения и использования информации о подготовке спортивного резерва.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

1. **Пороговый** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

2. **Стандартный** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

3. **Эталонный** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы промежуточного и итогового контроля.

Формами текущего контроля являются:

1. Оценка знаний, сформированных умений студентов в процессе групповых занятий
2. Выполнение индивидуальной и коллективной деятельности в творческих заданиях.

7.2.2. Форма итогового контроля - зачет

Курс «Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования» общим объемом 72 час. завершается недифференцированным зачетом в 3 семестре, который охватывает: выявление уровня усвоения знаний; определение уровня сформированности умений, навыков; выполнение индивидуальной и в коллективной деятельности в творческих заданиях.

Обязательным условием получения зачета является написание реферата и его публичная защита (с презентацией) по одной из педагогических проблем, а также прохождение тестового задания.

Темы рефератов

1. История развития высшего образования.
2. Образование в современном мире (в США, Европе, странах Азии).
3. Теория программированного обучения (Б. Ф. Скиннера, Н. А. Краудер).

4. Теория поэтапного формирования умственного действия П. Я. Гальперина.
5. Теория развивающего обучения (Д. Б. Эльконин, В. В. Давыдов, Л. В. Занков).
6. Теория проблемного обучения (А. М. Матюшкин, Т. В. Кудрявцев, И. Я. Лернер).

Тесты для контроля знаний

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Деятельность преподавателя вуза в большей степени должна быть направлена на: (2 правильных ответа)

1. Передачу научной информации студентам
2. Организацию познавательной деятельности и самостоятельной работы студентов
3. На усвоение студентами системы теоретических знаний
4. На обучение их основам выбранной профессии
5. На развитие самостоятельного мышления и креативности студентов

2. Определите критерий, соответствующий процессам образования и обучения, и в бланке ответов проставьте против номера соответствующую букву (например, 1а и т.д.) (2 ответа)

1. Процесс образования а) направлен на определенную деятельность
2. Процесс обучения б) направлен на освоение культуры деятельности, мышления, общения

3. Когда возникли первые университеты в мире? (1 ответ)

1. В 5 веке
2. В 18 веке
3. В начале 12 века
4. Еще в период древности, до нашей эры

4. В каком году был создан Московский государственный университет имени Ломоносова и сколько там первоначально было факультетов? (1 ответ)

1. В 1632 году, 2 факультета
2. В 1726 году, 4 факультета
3. В 1755 году, 3 факультета

5. Образование в современном мире рассматривается в трех взаимосвязанных планах: как (Напишите 3 слова)

1.
2.
3.

6. Пусковым механизмом любой деятельности, в том числе и учебной, является (Напишите слово)

7. Укажите основной признак студента как субъекта учебной деятельности (1 ответ):

1. Добросовестное выполнение учебных заданий
2. Регулярное посещение лекций и групповых занятий
3. Умение внимательно слушать преподавателя
4. Активность студента в процессе выполнения различных видов деятельности

8. Что такое обучаемость? (1 ответ)

1. Способность к развитию своей личности
2. Совокупность знаний, умений, навыков
3. Восприимчивость к усвоению новых знаний
4. Уровень актуального развития человека

9. Показателями обучаемости студента являются (2 ответа)

1. Результаты экзаменационной сессии
2. Желание студента учиться
3. Легкость освоения учебного материала
4. Экономичность и темп мышления
5. Достижения в области научно-исследовательской деятельности

10. Укажите какой зоне развития соответствуют следующие показатели (в бланке ответов против номера поставьте соответствующую букву) (2 ответа):

1. Обученность	а) зона ближайшего развития
2. Обучаемость	б) зона актуального развития

11. Слово «лекция» происходит от латинского «Lectio», которое означает....(Напишите слово) (1 ответ)

12. Бинарная лекция – это разновидность чтения лекции в форме (Напишите слово) (1 ответ)

13. Процесс усвоения знаний включает в себя: (Выберите 1 наиболее точный ответ)

1. Регулярную подготовку к занятиям
2. Положительное отношение к учебной деятельности
3. Восприятие, смысловую переработку, сохранение и применение полученных знаний
4. Словесные и практические методы обучения

14. Наиболее полно отвечают закономерностям усвоения знаний следующие методы обучения: (1 ответ)

1. Словесные методы обучения
2. Наглядные методы обучения
3. Методы упражнений
4. Активные методы обучения
5. Сочетание теоретических и практических методов в обучении

15. При использовании в обучении метода мозгового штурма обычно создают следующие группы: (2 ответа)

1. Группы поддержки
2. Группы испытуемых
3. Группы генераторов идей

4. Группы наблюдателей

5. Группы экспертов

16. Найдите определение, соответствующее следующим понятиям, и в бланке ответом рядом с номером проставьте соответствующую букву: (2 ответа)

1. Оценка	а) качественный анализ усвоения материала
2. Отметка	б) количественное выражение усвоения материала

17. К специфике работы преподавателя вуза относятся: (2 ответа)

1. Необходимость осуществления обучения и воспитания студентов
2. Организация внеучебной деятельности студентов
3. Оказание психологической помощи и поддержки студентам при решении различных проблем
4. Необходимость сочетания научной и педагогической деятельности
5. Вооружение студентов методами самостоятельного овладения знаниями

18. Профессионализм педагога включает в себя: (3 ответа)

1. Хорошее развитие эмоционально-волевых качеств личности
2. Высокую результативность труда педагога
3. Высокий уровень интеллекта
4. Эффективное взаимодействие с другими людьми
5. Нравственную воспитанность педагога

19. В понятие культуры умственного труда входит 4 взаимосвязанных компонента. Исключите компонент, не относящийся к данному понятию: (1 ответ)

1. Личностный компонент
2. Операциональный компонент
3. Интеллектуальный компонент
4. Организационно-технический компонент
5. Гигиенический компонент

20. В процессе педагогического общения преподавателя со студентами наиболее оптимальными являются следующие стили: (2 ответа)

1. Демократический
2. Авторитарный
3. Либеральный

21. К формам программированного обучения НЕ относится: (1 ответ)

1. Линейная
2. Сложная
3. Разветвленная
4. Смешанная

22. Автором теории поэтапного формирования умственных действий является..... (Напишите слово)

7.2.3 Вопросы к зачёту

1. Понятие «технология». Причины и основания прихода «технологий» в сферу образования.

2. Характеристика современного образования и его связь с современным производством. Человек и технологии.

3. Педагогика как технология.
4. Педагогика как искусство.
5. Сравнительная характеристика технологического и художественного подходов.
6. Место науки в современном мире. Описание научного способа познания. Научная картина мира.
7. Научное преподавание и научная картина мира в образовании: проблемы и возможности.
8. Понятие феномена. Представители «феноменологического подхода»: Гёте, Гуссерль, Флоренский, Бор.
9. Возможности феноменологического преподавания в современном образовании.
10. Психологические, физиологические и педагогические аспекты юношеского возраста. Особенности работы с юношеским возрастом.
11. Обретение душевной зрелости. Критерии зрелости. Построение новых взаимоотношений с людьми на основе проявления качеств взрослого человека.
12. Специфика преподавания взрослым людям.
13. Понятия «педагогическое мастерство» и «педагогическая техника». Особенности реализации «педагогического мастерства» и «педагогической техники» в условиях вуза.
14. Закономерности построения лекционного материала и семинарских занятий.
15. Активные методы обучения.
16. Понятия «культура речи» и «техника речи».
17. Вербальная и невербальная составляющие речи преподавателя, и работа над ними.
18. Телесность, движение и речь человека.

8. Перечень основной и дополнительной литературы.

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Варданян, А.Н. Педагогика высшей школы [Электронный ресурс] : метод.рекомендации / А.Н. Варданян.-РГУФКСМиТ, 2014.- 32с.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/236412>.
2. Попков, В.А. Дидактика высшей школы : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 033400 - Педагогика / В.А. Попков, А.В. Коржуев. - 2-е изд., испр. и доп. - М: Академия, 2004.
3. Смирнов, С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений /С.Д.Смирнов. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 304 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Бордовская, Н.В. Педагогика: учебное пособие / Н.В. Бордовская. – СПб.: Питер, 2009. – 300 с.
2. Габай, Т.В. Педагогическая психология: учебное пособие/ Т.В. Габай. – 2-е изд. испр. – М.: Академия, 2005.
3. Джуринский, А.Н. История педагогики и образования / А.Н. Джуринский. – 2-е изд.- Москва, 2011. – 675 с.
4. Загвязинский, В.И. Теория обучения / В.И. Загвязинский. – М., 2006.- 160 с.
5. Краевский, В.В. Методология педагогики: новый этап: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.В. Краевский, Е.В. Бережнова. – М.: Изд. центр Академия, 2006. – 400 с.
6. Попков, В.А. Дидактика высшей школы : учеб. пособие / В.А. Попков, А.В. Коржуев. – 2-е изд., испр. и доп. – М: Академия, 2004.- 192 с.
7. Селиванов, В.С. Основы общей педагогики: теория и методика воспитания: учебное пособие / под ред. В.А. Сластенина. – 4-е изд., стер. – Москва: Академия, 2005. – 336 с.

ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС:

1. Базарова, Д.Р. Методологические проблемы современной психологии [Электронный ресурс]: учебно-метод. пособие / Д.Р. Базарова. – Улан-Удэ: Бурятский государственный университет, 2017. – 56 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/634002>
2. Белякова, Е. Г. Психолого-педагогический мониторинг [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Е. Г. Белякова, Т. А. Строкова. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 243 с. – Режим доступа: <https://biblionline.ru/bcode/434431>
3. Кузьменко, И.В. Педагогические технологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / И.В. Кузьменко. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 84 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/179697>
4. Лысих, Н.В. Педагогика: введение в педагогическую деятельность [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н.В. Лысих. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 60 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/191125>
5. Мандель, Б.Р. Методика преподавания педагогики в современном высшем учебном заведении [Электронный ресурс]: учебное пособие для обучающихся в магистратуре Москва, Берлин: [Директ-Медиа](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=480428&sr=1), 2018. – 403 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=480428&sr=1
6. Методика преподавания: оценка профессиональных компетенций у студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / В. Н. Белкина

[и др.]; под редакцией В. Н. Белкиной. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 212 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/424102>

7. Монжиевская, В.В. Деловое общение в текстах, схемах и таблицах [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению 49.03.01 (034300.62) «Физическая культура» / В.В. Монжиевская. – Иркутск: Издательство «Мегапринт», 2014. – 118 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/586513>

8. Психология и педагогика. Часть 2: Педагогика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / А.К. Осин. – Шуя: Изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2009. – 146 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/146086>

9. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / под общ. ред.: Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. – М.: Спорт, 2016. – 625 с.: ил. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641265>

10. Таран, И.И. Психология зрелых возрастов [Электронный ресурс]: учеб. пособие для бакалавров / В.В. Смирнова, И.И. Таран. – Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2014. – 311 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/357989>

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимой для освоения дисциплины

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

4. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>

5. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>

6. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>

7. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>

8. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Содержание курса сориентировано на формирование в процессе профессиональной подготовки педагогической направленности личности и педагогического мышления, творческой индивидуальной и коллективной мыслительности, направленности личности на самосовершенствование и достижение вершин профессионализма. Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавания в высшей школе – это раздел педагогической науки о закономерностях развития и самореализации творческого потенциала педагога.

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы, который способствует повышению эрудиции, знаний в области профессионального становления будущего педагога по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт», профиль «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», уровень – магистр.

Для этого необходимо изучить и осмыслить основную и дополнительную литературу по курсу. Знание и умение использовать различные педагогические системы как способ определения профессионализма педагога. Определять критерии уровня профессионализма педагога по функциональному аспекту, по результативно – личностному аспекту.

Индивидуальное выполнение заданий требует творческого подхода к изучению данной дисциплины. Этому способствует технология проведения учебных занятий по курсу и творческая работа над рефератом по одной из тем разных направлений. Выбор темы реферата зависит от интереса и уровня подготовки к профессиональной деятельности. Темы рефератов и задания обсуждаются индивидуально на семинарских занятиях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1.Комплект наглядных материалов по вопросам педагогического мастерства

Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1.

		Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО

8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.пс.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа практики

НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1, 2

Семестр – 1, 2, 4

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет (4 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
1. Изучение практики направлено на формирование следующих компетенций	4
2. Место практики в структуре образовательной программы	7
3. Объем практики и виды учебной работы	7
4. Содержание практики	8
5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике	9
6. Перечень основной и дополнительной литературы	25
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	28
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	29
Приложения	32

ВВЕДЕНИЕ

Программа практики (научно-исследовательская работа) составлена в соответствии с ФГОС ВО – магистратура по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

В программе содержится комплекс вопросов по организации, руководству и прохождению учебной практики; излагается программа, порядок распределения заданий, отчетные документы и другие материалы, связанные с прохождением практики.

Цель практики:

- формирование у студентов профессионального мировоззрения в области физической культуры, спорта, спортивной психологии;
- приобретение навыков исследователя, владеющего современным инструментарием науки для поиска и интерпретации информационного материала с целью его использования в практической деятельности;
- приобретение способностей самостоятельно мыслить, интегрировать, обобщать полученные научные знания и факты, выработки стиля и навыков изложения материалов экспериментальных исследований.

Задачи практики (научно-исследовательская работа)

1. Знать основные организационные, учебно-методические и нормативные основы в области физической культуры и спорта.
2. Уметь проводить психолого-педагогическое наблюдения в тренировочной и соревновательной деятельности.
3. Уметь подбирать адекватные методы исследования и методики психодиагностики и проводить их на различном контингенте спортсменов.
4. Составлять практические рекомендации по оптимизации психологической подготовки, целенаправленному развитию актуальных психических качеств и умений на основе результатов психодиагностического исследования.
5. Освоить методы, приемы планирования и организации научно-исследовательской работы на различных ее этапах.
6. Формулировать основные положения научных квалификационных работ (на примере своей магистерской диссертации): актуальность, цель, гипотезу, объект и предмет исследования, новизну, основные положения, выносимые на защиту, теоретическую и практическую значимость работы.
7. Изучить правила обработки и оформления результатов научных исследований.
8. Формулировать выводы и практические рекомендации.
9. Уметь выступать на научных мероприятиях с материалами магистерской диссертации, вести научную дискуссию.

Практика «Научно-исследовательская работа» (Б2.О.01(Н)) относится к Блоку 2 «Практики» обязательной части образовательной программы.

Место проведения практики: кафедра психологии ФГБОУ ВО СГУС, комплексная спортивная школа СГУС (КСШ).

Виды профессиональной деятельности	Типы задач профессиональной деятельности
Профиль подготовки «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта»	
Образование и наука (в сфере научных исследований). Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).	педагогические
	научно-исследовательские
	организационно-методические
	управление психологической подготовкой в сфере спорта

1. ИЗУЧЕНИЕ ПРАКТИКИ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

- универсальных: УК-1.
- общепрофессиональных: ОПК-6.
- профессиональных: ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-18.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРАКТИКЕ:

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– предмет и основные проблемы психологического сопровождения в практике спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6, А/02.5	УК-1
– методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8	ОПК-6
– методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– современные методы психологических наблюдений, тестирования	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ПК-7
– технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8

спортивных дисциплин);		
– требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса по виду спорта, спортивной дисциплине;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9
– методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека;	ПС 05.003 «Тренер», В/02.5	ПК-18
Уметь:		
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6, А/02.5	УК-1
– использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6
– подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– использовать инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования;	ПС 05.003 «Тренер» В/03.5, D/04.6	ПК-7
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий;	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6	ПК-8
– самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психодиагностики и психологического мониторинга в спортивной деятельности	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9
– давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности;	ПС 05.003 «Тренер», D/01.6	ПК-18
Иметь опыт:		
– анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей пси-	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осу-	УК-1

хоэмоциональной сферы;	шествяющей деятельностью в области физической культуры и спорта», Е/04.7	
– работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6
– составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки	ПС 05.003 «Тренер» В/02.5, С/01.6	ПК-7
– инициирования мероприятий в целях профессионального и личностного развития работников путем их направления на лекции, семинары в соответствии с профессиональной специализацией и уставными целями организации, осуществляющей спортивную подготовку	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/03.7	ПК-7
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8
– обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для представителей физкультурно-спортивных организаций субъекта Российской Федерации, спортивных федераций по виду спорта	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9
– анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося	ПС 05.003 «Тренер», А/03.5	ПК-18

2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Практика «Научно-исследовательская работа» (Б2.О.01(Н)) относится к Блоку 2 «Практики» обязательной части образовательной программы.

В соответствии с учебным планом практика проходит на 1 и 2 курсе по очной и заочной форме обучения в первом, втором и четвертом семестрах. Итоговая форма контроля: дифференцированный зачет. Для успешного прохождения практики необходимы входные знания, умения и компетенции магистранта, полученные по следующим дисциплинам: введение в спортивную психологию, психологическое консультирование в спорте, психологическое сопровождение спортивной деятельности, психологический мониторинг и психо-диагностика в спорте, психофизиология спортивной деятельности.

3. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

12 зачетных единиц

432 часа

Вид учебной работы		Всего часов	семестры		
			1	2	4
Самостоятельная работа		428	108	108	212
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)		4			4
Общая трудоемкость	часы	432	108	108	216
	зачетные единицы	12			

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Всего часов
1.	Теоретико-методологические аспекты научного исследования	Проблема исследования, актуальность темы магистерской диссертации, научная новизна и практическая значимость	27
		Объект, предмет, цель, задачи и гипотеза исследования	27
		Подбор и анализ научной литературы по теме магистерской диссертации	27
		Написание первой главы магистерской диссертации	27
2.	Эмпирическое исследование	Организация исследования, выбор контингента испытуемых	27
		Методы исследования, их подбор и анализ	27
		Практическое проведение исследования по теме магистерской диссертации	27
		Обработка и интерпретация полученных результатов	27
3.	Представление результатов научного исследования	Написание второй главы магистерской диссертации	36
		Написание третьей главы магистерской диссертации	36
		Подготовка научных статей, тезисов докладов конференций по теме магистерской диссертации	36
		Подготовка докладов на научные конференции по теме магистерской диссертации	36
		Оформление научной работы	36
		Внедрение полученных результатов в практику спорта	32
Дифференцированный зачет			4
ИТОГО:			432

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/04.7 Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки	Знает: предмет и основные проблемы психологического сопровождения в практике спорта; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке; Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы.
ОПК-6. Способность обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	Знать: методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации Уметь: использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды. Иметь опыт работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды
ПК-6. Способен обобщать существующий научно-методический и исследова-	ПС 05.003 «Тренер», Д/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на	Знать: методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации Уметь: подбирать средства и методы тренировки в

тельский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения	этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся Иметь опыт составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства
ПК-7. Способен изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, российский и зарубежный опыт по тематике исследований, планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/03.7 Управление персоналом, осуществляющим спортивную подготовку	Знать: современные методы психологических наблюдений, тестирования. Уметь использовать инструментальный психолого-педагогического анализа и проектирования. Иметь опыт анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки; инициирования мероприятий в целях профессионального и личностного развития работников путем их направления на лекции, семинары в соответствии с профессиональной специализацией и уставными целями организации, осуществляющей спортивную подготовку
ПК-8. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знать: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); Уметь: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; Иметь опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-9. Способен критиче-	ПС 05.008 «Руководитель организации (под-	Знать: требования к обеспечению научно-методического,

ски оценивать данные и делать выводы, осуществлять математическое моделирование процессов и объектов на базе стандартных пакетов автоматизированного проектирования и исследований	разделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7 Обеспечение условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей	психологического сопровождения тренировочного процесса по виду спорта, спортивной дисциплине; Уметь: самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психодиагностики и психологического мониторинга в спортивной деятельности Иметь опыт обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для представителей физкультурно-спортивных организаций субъекта Российской Федерации, спортивных федераций по виду спорта
ПК-18. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные методики психофизиологической и психологической диагностики субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», В/02.5 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки	Знать: методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека; Уметь: давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности; Иметь опыт анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося

ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ

1. Индивидуальный план работы по теме магистерской диссертации (приложение 1).
2. Введение (приложение 2).
3. Список литературы по теме магистерской диссертации (приложение 3).
4. Реферирование статей в научных журналах и сборниках научно-практических конференций по теме магистерской диссертации.
5. Реферат по тематике магистерской диссертации (глава 1) (приложение 4).
6. Методология и методы исследования (приложение 5)
7. Организация исследования (приложение 6)
8. Глава 2.
9. Протоколы тестирования (анкетирования, наблюдения и др.) (приложение 7).
10. Глава 3.
11. Выводы и практические рекомендации (приложение 8)
12. Акт о внедрении научных результатов в практику спорта (приложение 9).
13. Научная статья, тезисы докладов по теме магистерской диссертации (оформляется по требованиям сборника или журнала) (приложение 10).

Контроль успеваемости осуществляется в форме выполнения самостоятельной работы по теме магистерской диссертации, отчетной документации, участия в научно-практических конференциях.

По результатам прохождения практики выставляется итоговая отметка, которая базируется на следующих компонентах:

- объем фактически выполненной работы по основным направлениям и разделам деятельности (количественные показатели);
- своевременность и качество выполнения заданий, составления отчетной документации;
- степень овладения профессионально-педагогическими умениями и навыками, уровень практической подготовленности;
- готовность к самостоятельной деятельности в рамках психологического тестирования спортсменов и команд;
- трудовая и исполнительская дисциплина;
- подготовка к дифференцированному зачету.

Отметка по практике выводится с учетом выполнения всех ее разделов, как среднее арифметическое из полученных отметок. Итоговая отметка по практике определяется с учетом: содержания отзыва непосредственного научного руководителя; содержания отчетной документации (качество, самостоятельность выполнения и достоверность записей, своевременность вы-

полнения заданий); степени профессиональной компетентности практиканта; трудовой и исполнительской дисциплины практиканта. Магистрант, не представивший в установленный срок дневник практики и отчетную документацию без уважительной причины, не аттестовывается.

Уровень освоения		
«Зачтено» или «удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
Планирование индивидуальных заданий на весь период практики частично отражает логику построения научного исследования. В программе ключевые элементы исследования в целом связаны между собой. Подбор методик исследования требует коррекции. При планировании индивидуальных заданий последовательность освоения методов, приемов планирования и организации НИР на различных ее этапах частично нарушена, требовалась помощь научного руководителя. В анализе выполнения программы практики есть замечания по последовательности выполнения индивидуальных заданий.	Планирование индивидуальных заданий на весь период практики в целом отражает логику построения научного исследования. В программе ключевые элементы исследования связаны между собой. Подбор методик исследования требует расширения, а не содержательного изменения. При планировании индивидуальных заданий соблюдена логичность решения поставленных задач, помощь научного руководителя требовалась лишь в стилистическом плане. В анализе выполнения программы практики замечания связаны с улучшением содержания заданий, а не с их последовательностью.	Планирование индивидуальных заданий на весь период практики отражает логику построения научного исследования. В программе ключевые элементы исследования связаны между собой. При планировании индивидуальных заданий соблюдена логичность решения поставленных задач, помощь руководителей практики требовалась лишь в стилистическом плане. В анализе выполнения программы практики замечания с улучшением содержания заданий, а не с их последовательностью.
Имеются существенные отступления от требований к реферированию: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсут-	Основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём ре-	Выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена соб-

ствуется вывод. Допущены значительные ошибки по оформлению литературных источников и отсутствует анализ большинства литературных источников. В библиографическом списке указаны литературные источники старых изданий. Несоответствие в формулировании и логическом обосновании основных положений научных исследований во вводной части работы.	ферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы. Выполнены требования по оформлению литературных источников, с допущением незначительных ошибок. Сформулированы и логически обоснованы основные положения исследования, характеризующие актуальность, цель, гипотезу, объект и предмет, новизну, положения, выносимые на защиту, теоретическую и практическую значимость исследования, требующие корректировки от научного руководителя с целью четкости их изложения.	ственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы. Выполнены все требования по оформлению литературных источников и дан полный анализ каждого из них. Четко сформулированы и логически обоснованы основные положения исследования, сжато, аргументировано и четко изложены основные положения, характеризующие актуальность, цель, гипотезу, объект и предмет, новизну, положения, выносимые на защиту, теоретическую и практическую значимость исследования.
Оформляет содержание потенциальной статьи (тезисов) или составляет и представляет научный доклад по результатам исследования на научно-практической или научно-методической конференции кафедры. Подготовка и защита отчета по результатам прохождения практики	Оформляет содержание потенциальной статьи (тезисов) или составляет и представляет научный доклад по результатам исследования на научно-практической или научно-методической студенческой конференции (СНК). Подготовка и защита отчета по результатам прохождения практики. Предоставление всех отчетных документов	Статья (тезисы) приняты в печать или опубликованы в научных изданиях и (или) представлен научный доклад по результатам исследования на научно-практической или научно-методической студенческой конференции. Подготовка и защита отчета по результатам прохождения практики. Предоставление всех отчетных документов.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания

Оценка результатов работы магистранта в период практики выставляется научным руководителем в виде дифференцированного зачета, который приравнивается к зачетам по теоретическому обучению и учитывается при подведении итогов общей успеваемости магистрантов.

По результатам научно-исследовательской работы магистрант получает дифференцированную оценку, которая складывается из следующих показателей:

- оценка психологической готовности магистранта к работе в современных условиях (оцениваются мотивы, движущие исследователем в работе, его понимание целей и задач, стоящих перед современным специалистом);
- оценка технологической готовности магистранта к работе в современных условиях (оценивается общая дидактическая, методическая, техническая подготовка по проведению научных исследований);
- оценка умений планировать свою деятельность (учитывается умение прогнозировать результаты своей деятельности, оценивать реальные возможности и свои резервы, которые можно привести в действие для реализации намеченного);
- оценка исследовательской деятельности магистранта (выполнение экспериментальных и исследовательских программ, степень самостоятельности, качество обработки полученных данных, их интерпретация, достижение цели);
- оценка работы магистранта над повышением своего профессионального уровня (оценивается поиск эффективных методик и технологий исследования);
- оценка личностных качеств магистранта (культура общения, уровень интеллектуального, нравственного развития и др.);
- оценка отношения к практике, к выполнению заданий научного руководителя.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>
2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>
4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.
5. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте: учеб. для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общ. ред. А. В. Родионова. – М.: Юрайт, 2020. – 251 с.
6. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
7. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности: монография / Л.Г. Уляева [и др.] ; под общ. ред. Л. Г. Уляевой. – М. : Мархотин П.Ю., 2014. – 236 с.
8. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
9. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.
10. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

11. Алексеев, А. В. Психогигиена / А. В. Алексеев. – Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 192 с.
12. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>
13. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. – Майкоп : Магарин О. Г., 2018. – 332 с.
14. Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс]/ С.К. Багадирова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 198 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>
15. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
16. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. – 53 с.
17. Воскресенская, Е. В. Формирование эмоционально-волевой сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий. – Минск: БГУФК, 2016. – 95 [4] с.: ил.
18. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта: учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).
19. Горская, Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учеб. пособие / Г. Б. Горская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 220 с.
20. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учеб. пособие / Л.П. Грибкова. – Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010. – 152 с.
21. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
22. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
23. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.
24. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.

25. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2007. – 783 с.
26. Киселев, Ю. Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения / Ю. Я. Киселев. – М. : Советский спорт, 2009. – 276 с.
27. Кузьменко, А. Г. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г. А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.
28. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 530 с.
29. Малкин, В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.
30. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.
31. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
32. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.
33. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
34. Мельник, Е. В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова, А. Ю. Гиринская. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2017. – 56 с.
35. Мельник, Е. В. Формирование потребностно-мотивационной сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Е. В. Воскресенская. – Минск: БГУФК, 2016. – 57 [4] с.: ил.
36. Мельник, Е.В. Психология личности и деятельности тренера: учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск: БГУФК, 2014. – 238 с.
37. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.
38. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
39. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.
40. Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала : Юпитер, 2002. – 160 с.
41. Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта : учеб. для вузов / А. В. Родионов. – М. : Академический проект : Фонд «Мир», 2004. – 576 с.

42. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

43. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

44. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

45. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

46. Сопов, В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: метод. пособие / В. Ф. Сопов. – М., 2010. – 115 с.

47. Стамбулова, Н. Б. Психология спортивной карьеры : учеб. пособие / Н. Б. Стамбулова. – СПб. : Центр карьеры, 1999. – 368 с.

48. Уэйнберг, Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев : Олимп. лит., 1998. – 335 с.

49. Этика для Европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского изд. И.Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.

50. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М. : Советский спорт, 2006. – 163 с.

51. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы.
2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля,	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см.

	промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного

			класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Индивидуальный план работы по теме магистерской диссертации

Виды работы	Планирование видов работы по месяцам 1-2 семестр									
	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Отметка о выполнении
Выбор и конкретизация темы магистерской диссертации										
Определение проблемы исследования, объекта, предмета и рабочей гипотезы, цели и задач исследования										
Подбор литературы по теме исследования										
Проведение теоретического анализа литературы, реферирование										
Написание реферата (1 главы)										
Оформление первой главы, написание введения										
Определение базы и группы для исследования,										
Подбор методов исследования и экспериментальных методик										
Оформление второй главы										
Проведение экспериментального исследования и										
Математическая обработка результатов исследования										
Интерпретация полученных результатов										

Виды работы	Планирование видов работы по месяцам 4 семестр									
	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Отметка ру- ководителя о выполнении
Оформление третьей главы										
Подведение итогов, написание заключения, практических рекомендаций										
Оформление магистерской диссертации										
Отзыв научного руководителя										
Подготовка к защите										
Защита магистерской диссертации										
Подготовка научной статьи, тезисов докладов										
Подготовка и выступление на научной конференции										

Введение

Ключевые слова: _____

Приводятся основные используемые в работе понятия (слова и словосочетания) в алфавитном порядке.

Актуальность темы исследования: _____

Актуальность темы обосновывается с позиции общественных потребностей в решении данной психологической проблемы, тенденции развития науки, а также запросами практики

Постановка проблемы, степень изученности (кто и когда занимался это проблемой, какие вопросы решил, в каком направлении проведены исследования, какие существуют противоречия?)

Выделение малоизученных и неизученных вопросов по теме работы
Как в науке определяется сущность изучаемого процесса или явления?

Возможные пути решения проблемы:

Объект исследования: _____

Описание конкретного контингента испытуемых, психического явления, процесса, состояния, свойства личности спортсмена, тренера и т.п.

Предмет исследования: _____

Описание тех или иных сторон, свойств, характеристик объекта, которые исследуются.

Цель исследования: _____

Описание предполагаемой деятельности для достижения результата в процессе исследования (что предстоит?), которое должно быть обусловлено темой работы (при формулировке цели следует использовать такие термины как «изучение», «разработка», «апробация», «проверка», «создание», «формирование» и т.д.)

Гипотеза исследования: _____

Предположение о возможном состоянии предмета исследования, истинность которого проверяется в исследовании

Задачи исследования:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Конкретизация предполагаемых действий для достижения поставленной цели исследования (что надо сделать?) направленная на выявление сущности, признаков, критериев изучаемого процесса, явления, его характеристику, обоснование основных путей решения проблемы (при формулировке задач следует использовать такие глаголы как «изучить», «охарактеризовать», «описать», «сравнить», «разработать» и т.п.)

Основные положения диссертации, выносимые на защиту:

1. _____
2. _____

В подразделе "Положения, выносимые на защиту" магистрант в сжатой форме формулирует результаты своей работы, они должны быть

сформулированы ясно, конкретно и отражать сущность полученных научных результатов. В формулировке положений, выносимых на защиту, должны содержаться отличительные признаки новых научных результатов, их научную и практическую значимость, характеризующие вклад магистранта в область спортивной психологии. В положениях, выносимых на защиту, должно быть представлено, наличие каких механизмов явлений или протекающих процессов, какая закономерность следуют из результатов анализа или измерения каких-то параметров.

При представлении в качестве защищаемого положения новой методики должна быть не только сформулирована ее сущность, но и указано, по каким характеристикам эта методика лучше известных: обеспечивает более эффективный способ управления психологической подготовкой, обучения, воспитания.

Методы исследования: _____

Список литературы по теме магистерской диссертации

По требованиям ГОСТа в 2024 году в список литературы магистерской диссертации должно входить не меньше 70-100 источников. Самое оптимальное количество используемой литературы — 90.

Стоит отметить, что хотя бы 70% от объема всех источников будут не старше чем 3 года с даты публикации.

Подробнее: <https://zachnik.ru/blog/kak-pravilno-oformit-spisok-literatury-v-magisterskoj-dissertatsii-po-gostu-primer/>

В зависимости от источника информации его оформление будет отличаться.

Сайты

Если в качестве источника использовался сайт, то в списке литературы он выглядит как ссылка на источник с названием статьи (ресурса, новости) и датой обращения на сайт.

Белоус Н.А. Прагматическая реализация коммуникативных стратегий в конфликтном дискурсе [Электронный ресурс] // Мир лингвистики и коммуникации: электрон. научн. журн. 2006. N 4. URL: http://www.tverlingua.by.ru/archive/005/5_3_1.htm (дата обращения: 15.12.2007).

Из примера видно, что сначала указывают автора публикации, потом название статьи. Затем название интернет-ресурса, ссылку на публикацию и дату обращения.

Диссертации

Если выпускник в своей диссертационной работе использует диссертации других авторов, он указывает не только автора и название, но и ученую степень, а еще высшее учебное заведение, в рамках программы которого была написана работа.

Автор, И.И. Заглавие. [Текст]: дис. ... канд. ист. наук: 07.00.02: защищена 25.01.12: утв. 25.05.12 / Автор Иван Иванович. - М., 2012. - 220 с. - Библиогр.: с.202-213. - 04200201565.

Как видно из примера, сначала указывают автора, название диссертации, ученую степень, а потом дату защиты и номера страниц, которые выпускник использовал в своей работе.

Периодические издания

Многие студенты обращаются к периодическим изданиям во время написания научной работы. Потому что периодика — это один из самых информативных источников.

Оформление периодического издания в списке литературы в магистерской диссертации выглядит так:

Савченко Д.Д. Пантелеева М.С. Разработка конкурентной стратегии предприятия на основе анализа его деятельности // *Univsum: экономика и юриспруденция*, 2015. №8 (19).

При оформлении периодики в диссертации сначала указывают автора публикации, потом название статьи. Затем указывают название журнала, в котором опубликована статья и год публикации.

Монографии

Монографии посвящены исследованию одной или нескольких близких друг к другу тем. Вот так выглядит пример правильно оформленной монографии:

Богданов Е.Н., Зазыкин В.Г. Психологические основы Паблик рилейшнз. 2-е изд. СПб.: Питер, 2003. 208 с.

Как видно из примера, сначала указывают фамилии и инициалы авторов монографии и название работы. Потом номер издания, само издательство, город и год публикации и общее количество страниц работы.

Реферат по тематике магистерской диссертации (глава 1).

Технология подготовки реферата

Термин «реферат» имеет латинские корни и в дословном переводе означает «докладываю, сообщаю». Словари определяют его значение как «краткое изложение в письменном виде или в форме публичного доклада содержания книги, научной проблемы, результатов научного исследования; доклад на определённую тему, освещающий её на основе обзора литературы и других источников». В реферате магистрант раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды.

Основное назначение этого вида научной работы - показать эрудицию начинающего исследователя, его умение самостоятельно анализировать, систематизировать, классифицировать и обобщать имеющуюся научную информацию.

В целом работа над рефератом позволяет овладеть очень важными для исследователя умениями, а именно: научиться работать с научным текстом, выделять в нем главное, формулировать как свои, так и чужие мысли, высказывания, кратко и своими словами логично выстраивать и систематизировать изученный материал.

Требования к выбору и формулировке темы реферата

Магистрант формулирует тему реферата при участии научного руководителя. Тема должна быть сформулирована грамотно с литературной точки зрения. В названии реферата следует определить чёткие рамки рассмотрения темы, которые не должны быть слишком широкими или слишком узкими. Следует по возможности воздерживаться от использования в названии узкоспециализированных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также от чрезмерного упрощения формулировок, желательно избегать длинных названий.

Структура и содержание реферата

Структурно реферат должен содержать 5 основных частей: введение, основная часть, заключение, список литературы и приложения (дополнительные материалы).

Введение должно включать в себя краткое обоснование актуальности темы реферата, оценку состояния исследуемого вопроса, проблемы, постановку целей и формулировку задач, которые автор ставил перед собой, а также краткий обзор изученной литературы, других источников информации. Объём введения обычно составляет 2 – 3 страницы текста.

Основная часть реферата содержит материал, который отобран магистрантом для рассмотрения проблемы. Средний объём основной части реферата - 10 страниц. Необходимо обратить внимание на обоснованное распределение материала на параграфы, умение формулировать их название, соблюдение логики изложения. В основной части должно быть изложено собственное мнение магистранта по заявленной проблеме и сформулированы са-

мостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты и полученные результаты в ходе проведения исследований определенным методом (соответствующих профилю лаборатории). При изложении основной части не должно быть отступлений от темы, факты должны быть научно достоверными. Ссылки на авторов, чьи мнения, информация использованы в реферате, обязательны.

В основной части реферата должны найти отражение:

Общепсихологический анализ объекта исследования

Понятийный аппарат исследования

Что в науке говорится о сущности данного явления? (приводятся цитаты из литературы)

Что входит в содержание данного явления, процесса (его компоненты, звенья, стадии, этапы развития...)?

Позиция автора, критическое отношение к проблеме, существующим направлениям исследования

Теоретический анализ проблемы в спортивной психологии

Психологические особенности спортивной деятельности (конкретного вида спорта) ...

Что в спортивной психологии говорится о сущности данного явления? (приводятся цитаты из литературы)

Сравнительный анализ позиций по проблеме (в чем сходны, в чем различны точки зрения и подходы ученых)

В заключение реферата магистрант формулирует выводы, обращает внимание на выполнение поставленных во введении целей и задач. Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из основной части. Объем заключения не более 2 – 3 страниц текста.

Список, использованной для написания реферата литературы, помещается на последней странице. В него входят работы, используемые и цитируемые в реферате. В работе над рефератом рекомендуется использовать не менее 8-10 источников.

В приложении магистрант предоставляет дополнительные материалы (протоколы наблюдения, анкетирования, тестирования, аналитические таблицы, стимульный материал тестов и др.).

Оформление списка литературы

В библиографической записи литературного источника приводятся:

1. Фамилия и инициалы автора книги, статьи.
2. Полное название литературного источника.
3. Место издания.
4. Наименование издательства.
5. Год издания.
6. Количество страниц (для электронных источников указывается количество дисков и файлов).
7. Для источников, взятых из сети Internet, указывается наименование документа и режим доступа к нему.

Сведения о литературных источниках располагают в порядке появления ссылок на них в тексте или в алфавитном порядке. Каждый источник нумеруется арабскими цифрами с точкой и печатается с новой строки с абзацного отступа (приложение 4).

Требования к оформлению реферата

1. Объем реферата должен быть в пределах 15 – 25 страниц (А4).
2. Текст печатается на одной стороне листа. Реферат сдаётся со скреплёнными листами (брошюровка реферата левосторонняя) и обложкой, не нарушающей его эстетичности.
3. Титульный лист является первой страницей реферата. На нём указываются: наименование образовательного учреждения, название и тема работы, сведения об авторе и руководителе, город и год выполнения работы.
4. Нумерация страниц начинается после титульного листа. Номер страницы указывается арабскими цифрами внизу по центру.
5. Заголовки пунктов плана (оглавления) выделяются.
6. Таблицы, схемы, чертежи, графики, имеющиеся в тексте, а также возможные приложения нумеруются каждые в отдельности. Они должны иметь название и ссылку на источник данных, а при необходимости и указание на масштабные единицы.
7. В тексте не допускается сокращение названий, наименований (за исключением общепринятых аббревиатур).

Научный руководитель представляет письменную рецензию на реферат с оценкой проделанной обучающимся работы, которая учитывается при выставлении отметки по итогам защиты.

Процедура защиты реферата

1. Выступление магистранта с докладом по теме реферата (10 – 15 минут). Основная цель доклада – изложение основных результатов проделанной работы. В ходе доклада необходимо отразить: название выбранной темы и её актуальность, поставленные цели и задачи, изученную литературу, структуру основной части, сделанные в ходе работы выводы.
2. Презентация (10-15 слайдов).
3. Ответы на вопросы, поставленные в пределах темы реферата.

Оценка реферата

Реферат оценивается по следующим критериям:

1. Соблюдение требований к его оформлению.
2. Соответствие содержания работы выбранной теме.
3. Полнота, целостность, логичность темы.
4. Уровень самостоятельности выполнения работы.
5. Умение обучающегося свободно излагать основные идеи, отраженные в реферате.
6. Способность магистранта понять суть задаваемых членами комиссии вопросов и сформулировать точные ответы на них.
7. Презентация (слайды).

Методология и методы исследования

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы**:

- теоретический анализ и обобщение литературных источников;
- психолого-педагогическое наблюдение;
- тестирование по методикам _____
- _____ эксперимент*;
- методы опроса: анкетирование, беседа*;
- анализ продуктов деятельности*;
- математико-статистическая обработка данных.
- _____.

Теоретический анализ и обобщение _____ литературных источников, отражающих проблему в психологической, _____

литературе, позволил дать теоретическое обоснование выдвинутых положений и помог в объяснении результатов экспериментальных исследований.

Изучались следующие аспекты проблемы: _____

Анализ научно-методической литературы позволил оценить состояние изученности интересующего вопроса, определить методологическую основу исследования, установить предположения, направленные на решение поставленной проблемы, _____

Наблюдение является одним из наиболее часто используемых в психологии исследовательских методов, может применяться самостоятельно, но обычно включается в состав других методов исследования, таких, как беседа, анализ продуктов деятельности, различных типов эксперимента и т.д.

Наблюдением называется целенаправленное, организованное восприятие и регистрация объекта, что предполагает наличие плана наблюдения и критериев оценки. Этот метод позволяет целенаправленно воспринимать какое-либо явление без вмешательства в течение его развития. Данные наблюдения сопоставлялись с результатами _____ (указать методы). Наблюдение проводилось в процессе _____ (указать действие).

Тестирование – это метод получения информации с помощью стандартизированного испытания, т.е. теста. Существуют бланковые, манипуляционные, двигательные, проективные и другие тестовые методики. Большое распространение получили опросники (т.е. анкетные тесты), но надежность

полученных с их помощью данных будет высокой только при большом количестве респондентов (25-30 и более человек).

Для изучения _____
использовалась (ись) методика (и) _____.

Текст инструкции и описание заданий используемых тестов, бланки для ответов и описание алгоритма обработки полученных приводятся в приложениях.

Эксперимент* - это целенаправленно организованная проверка гипотезы, которая, в отличие от теста, может иметь отрицательный результат. Психолого-педагогический эксперимент предусматривает наличие контрольной и экспериментальной группы испытуемых, а в зависимости от гипотезы может быть формирующим или констатирующим. Выделяют виды экспериментов по условиям проведения, организации, длительности и т.д.

В _____ магистерской _____ диссертации _____ работе _____ использовался _____ эксперимент для _____

Методы опроса **анкетирование и беседа*** являются средством получения информации из ответов респондентов. Анкетирование предполагает письменные ответы на стандартизированные задания, а вопросы беседы формулируются в процессе двустороннего обсуждения проблемы.

В работе была разработана анкета из _____ заданий для изучения _____ (*приложение ____*).

В процессе беседы уточнялись вопросы _____

Анализ продуктов деятельности* предполагает получение информации без непосредственного участия испытуемого в исследовании. В работе изучались _____

(*личные дела, дневники, учебные журналы, протоколы, мед. карты и т.п.*) для

Математико-статистическая обработка данных. Результаты исследований обрабатывались и обобщались с помощью *методов математической статистики*, направленных на установление закономерности, определение различий или зависимости между признаками.

В работе рассчитывались основные статистические характеристики:

Достоверность различий между сопоставляемыми величинами оценивались при помощи _____

Взаимосвязь показателей определялась на основе _____

Использовалась статистическая обработка _____

Организация исследование

Выборку испытуемых составили _____
(кол-во человек, возраст, пол, статус и т.д.).

Данные по выборке приводятся в таблице, с присвоением кода испытуемым.

Исследование проводилось на базе _____
и состояло из нескольких этапов.

На *первом этапе* была выбрана тема исследования, сформулирована проблема, определены цель, задач, объект и предмет исследования, основные понятия, методологическое обоснование исследования, осуществлен подбор методов и методик исследования.

На *втором этапе* был проведен теоретико-библиографический анализ литературы, который _____

На *третьем этапе* было проведено исследование _____

На *четвертом этапе* полученные данные были обработаны с помощью методов математической статистики, что позволило _____

На *пятом этапе* был подведен итог выполненным действиям, сформулировано заключение, практические рекомендации, а также завершено оформление магистерской диссертационной работы в соответствии с требованиями к ней.

Протоколы тестирования (анкетирования, наблюдения и др.)

Протоколы тестирования оформляются в форме таблиц (Exel)

(название таблицы)

[illegible]

Выводы и практические рекомендации

Выводы

В выводах дается краткое изложение сущности научных результатов диссертации. Описываются отличительные признаки новых научных результатов может быть представлена более подробно, чем в положениях, выносимых на защиту. Приводятся не только основные результаты, обладающие научной новизной, но и другие результаты (например, предложенные методики, созданные экспериментальные установки и другое), дополнительно характеризующие квалификацию магистранта.

Анализ проблемы по данным литературы показал, что _____

Проведенное исследование показало, что _____

Полученные результаты позволяют _____

Таким образом, задачи, поставленные в работе _____,

сформулированная гипотеза исследования _____

Практические рекомендации

Практические рекомендации отражают возможности применения полученных результатов в практике спорта и их внедрение. В нем же могут быть обсуждены перспективы дальнейшего развития данного научного направления. При наличии актов, справок об использовании (внедрении) полученных результатов, авторских свидетельств, патентов, других материалов, относящихся к объектам интеллектуальной собственности, зарегистрированным в установленном порядке, в соответствующих пунктах этого подраздела следует делать ссылки на эти документы.

Акт о внедрении научных результатов в практику спорта

Образец

АКТ

внедрения результатов научного исследования в практику

Мы, нижеподписавшиеся, представители ФБГОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта» проректор по научной работе и международной деятельности ФГБОУ ВО СГУС, к.п.н., доцент Бобкова Е. Н., с одной стороны представитель ООО «Всероссийская федерация гиревого спорта» - вице-президент, главный тренер спортивной сборной команды России по гиревому спорту Трофимов Михаил Александрович.

с другой стороны, составили настоящий акт о том, что исполнители темы: «Организация специализированной подготовки.....», научный руководитель к.п.н., доцент Смолдовская И.О. и магистрант 1 курса очного обучения Павлович Ю.В. внесли в практику физической культуры и спорта следующие рекомендации и предложения:

№	ФИО авторов внедрения	Наименование предложения, краткая характеристика	Эффект от внедрения
1.	Смолдовская И.О. Павлович Ю.В.	разработана модель специализированной подготовки высококвалифицированных..... модель специализированной подготовки представлена компонентами, отражающими может быть использована тренерами в программе подготовки к соревновательному периоду.	повышение спортивной результативности в соревновательном периоде, выраженная: - в применении эффективно-количественно-качественного состава; - в повышении коэффициента результативности, представленном в виде.....

Представитель ФГБОУ ВО «СГУС»,
проректор по научной работе и международной деятельности, к.п.н., доцент

Е.Н. Бобкова

Исполнители темы:
к.п.н., доцент
магистрант

И.О. Смолдовская
Ю.В. Павлович

представитель ООО «Всероссийская федерация гиревого спорта» - вице-президент, главный тренер спортивной сборной команды России по гиревому спорту

М.А. Трофимов

«___» _____ 2025 г.

Научная статья, тезисы докладов по теме магистерской диссертации

Научная статья - законченное и логически цельное произведение, посвященное конкретному вопросу, входящему в круг проблем (задач), решаемых соискателем при выполнении диссертационного исследования. Научная статья раскрывает наиболее значимые результаты, полученные соискателем, требующие развернутого изложения и аргументации.

Объем научной должен составлять, как правило, не менее 0,35 авторского листа (14 000 печатных знаков, включая пробелы между словами, знаки препинания, цифры и другие), что соответствует 8 страницам текста, напечатанного через 2 интервала между строками (5,5 страницы в случае печати через 1,5 интервала).

Научные статьи должны включать, как правило, следующие элементы: аннотацию;

фамилию и инициалы автора (авторов) статьи, ее название;

введение;

основную часть, включающую графики и другой иллюстративный материал (при их наличии);

заключение, завершаемое четко сформулированными выводами;

список цитированных источников;

Дополнительно в соответствии с требованиями редакций научных изданий в структуру статьи могут быть также включены:

индекс УДК;

перечень принятых обозначений и сокращений;

аннотация на английском языке.

Название статьи должно отражать основную идею выполненного исследования, быть по возможности кратким, содержать ключевые слова, позволяющие индексировать данную статью.

Аннотация (100-150 слов) должна ясно излагать содержание статьи и быть пригодной для опубликования в аннотациях к журналам отдельно от статьи.

В разделе "Введение" должен быть дан краткий обзор литературы по данной проблеме, указаны не решенные ранее вопросы, сформулирована и обоснована цель работы и, если необходимо, указана ее связь с важными научными и практическими направлениями. Во введении следует избегать специфических понятий и терминов. Содержание введения должно быть понятным также и неспециалистам в соответствующей области.

Анализ источников, использованных при подготовке научной статьи, должен свидетельствовать о знании автором (авторами) статьи научных достижений в соответствующей области. В этой связи обязательными являются ссылки на работы других авторов. При этом должны присутствовать ссылки на публикации последних лет, включая зарубежные публикации.

Основная часть статьи должна содержать описание методики, аппарату-

ры, объектов исследования и подробно освещать содержание исследований, проведенных автором (авторами). Полученные результаты должны быть обсуждены с точки зрения их научной новизны и сопоставлены с соответствующими известными данными.

Основная часть статьи может делиться на подразделы (с разъяснительными заголовками) и содержать анализ последних публикаций, посвященных решению вопросов, относящихся к данным подразделам.

Иллюстрации, формулы, уравнения и сноски, встречающиеся в статье, должны быть пронумерованы в соответствии с порядком цитирования в тексте.

В разделе "Заключение" должны быть в сжатом виде сформулированы основные полученные результаты с указанием их новизны, преимуществ и возможностей применения. При необходимости должны быть также указаны границы применимости полученных результатов.

Список цитированных источников оформляется по тем же правилам, что и в тексте диссертации. Список располагается в конце текста, ссылки нумеруются согласно порядку цитирования в тексте. Порядковые номера ссылок должны быть написаны внутри квадратных скобок (например: [1], [2]).

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа производственной практики

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПРАКТИКА

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: очная , заочная

Курс – 2

Семестр – 3

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет (3 семестр)

Рабочую программу разработали:
Смолдовская И.О., к.п.н., доцент
Мельник Е.В., к.психол.н, доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
1. Изучение практики направлено на формирование следующих компетенций	4
2. Место практики в структуре образовательной программы	13
3. Объем практики и виды учебной работы	13
4. Содержание практики	14
5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике	17
6. Перечень основной и дополнительной литературы	24
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	29
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	30
Приложения	32

ВВЕДЕНИЕ

Программа по производственной практике (профессионально-ориентированная) составлена в соответствии с ФГОС ВО – магистратура по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

В программе содержится комплекс вопросов по организации, руководству и прохождению учебной практики; излагается программа, порядок распределения заданий, отчетные документы и другие материалы, связанные с прохождением производственной практики (профессионально-ориентированная).

Цель производственной практики:

- формирование у студентов профессионального мировоззрения в области физической культуры, спорта, спортивной психологии;
- овладение магистрантами основными методами и технологиями управления психологической подготовкой в спорте;
- приобретение навыков практической реализации мероприятий общей и специальной психологической подготовки спортсменов;
- приобретение способностей самостоятельно мыслить, интегрировать, обобщать полученные научные знания и факты, выработки стиля и навыков изложения материалов экспериментальных исследований.

Задачи производственной практики (профессионально-ориентированная)

1. Знать основные организационные, учебно-методические и нормативные основы в области физической культуры и спорта.
2. Знать психологические трудности спортивных соревнований и способы их преодоления.
3. Изучить особенности использования психотехнических, психокоррекционных, мобилизирующих и релаксационных упражнений.
4. Уметь выделять цель и задачи общей и специальной психологической подготовки, подбирать соответствующие им средства и методы.
5. Уметь проводить психодиагностику профессионально-значимых качеств личности и мониторинг психологической подготовленности спортсменов.
6. Уметь подбирать упражнения для составления тренировочных программ различной направленности.
7. Уметь анализировать выступления спортсменов на соревнованиях и выделять благоприятные и неблагоприятные факторы.
8. Составлять практические рекомендации по оптимизации психологической подготовки, целенаправленному развитию актуальных психических качеств и умений на основе результатов психодиагностического исследования.

9. Подбирать средства и методы психической регуляции и обучать спортсменов использованию методов саморегуляции.

10. Уметь организовывать и проводить научно-практические и физкультурно-оздоровительные мероприятия для тренеров, спортсменов, родителей, студентов.

11. Уметь проводить учет проведенной работы и рефлекссию эффективности использования психологических средств и методов.

Вид практики: производственная

Тип практики: профессионально-ориентированная

Место проведения практики: кафедра педагогики и психологии ФГБОУ ВО СГУС, Спортивный клуб детско-юношеского спорта «СГУС», ФГБУ ПОО «СГУОР», МБУ ДО «ДЮСШ» и др.

Виды профессиональной деятельности	Типы задач профессиональной деятельности
Профиль подготовки «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта»	
Образование и наука (в сфере научных исследований). Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).	педагогические
	научно-исследовательские
	организационно-методические
	управление психологической подготовкой в сфере спорта

1. ИЗУЧЕНИЕ ПРАКТИКИ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

- универсальных: УК-1, УК-2, УК-3, УК-5.
- общепрофессиональных: ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-7, ОПК-10, ОПК-11.
- профессиональных: ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-10, ПК-11, ПК-12, ПК-13, ПК-14, ПК-15, ПК-16, ПК-17, ПК-18, ПК-19, ПК-20

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРАКТИКЕ:

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– предмет и основные проблемы психологического сопровождения в практике спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6, А/02.5	УК-1
– модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	УК-3
– особенности индивидуальных различий спортсменов;	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6, Н/02.7	УК-5
– методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся;	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6	ОПК-1
– причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивными достижениям;	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ОПК-2
– психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ОПК-3
– этические нормы в области спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4, ОПК-5
– методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8	ОПК-6
– методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации;	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-7
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревно-	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10

вательный периоды;		
– актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-11
– способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-1
– требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине)	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ПК-2
– актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-3
– основы спортивной психологии	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-4
– объективные показатели, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5
– порядок составления установленной отчетности;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», D/03.6	ПК-10
– модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– методы сбора, систематизации и статистической обработки информации;	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ПК-12
– направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки	ПС 05.003 «Тренер», D/03.6	ПК-13
– основы спортивной психологии;	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-14
– современные технологии, средства и методы командной и индивидуальной подготовки спортсменов высокого класса, организации взаимодействия в спортивной команде и критерии оценки эффективности подготов-	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-15

ки спортивной команды;		
– критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ПК-16
– психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации	ПС 05.003 «Тренер», C/03.6	ПК-17
– методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека;	ПС 05.003 «Тренер», B/02.5	ПК-18
– предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта	ПС 05.003 «Тренер» A/04.5	ПК-19
– ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-20
Уметь:		
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке;	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6, A/02.5	УК-1
– формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	УК-2
– обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде	ПС 05.003 «Тренер», H/02.7	УК-3
– применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки,	ПС 05.003 «Тренер», C/03.6, H/02.7	УК-5
– систематически анализировать индивидуальные результаты подготовки занимающегося на тренировочном этапе с целью окончательного определения его индивидуальной спортивной специализации;	ПС 05.003 «Тренер», C/02.6	ОПК-1
– оценивать спортивную predisposedность занимающихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов;	ПС 05.003 «Тренер», C/01.6	ОПК-2

– развивать специальную закрепляющую мотивацию занимающихся к занятиям видом спорта, стимулировать к спортивному самосовершенствованию	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ОПК-3
– использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ОПК-5
– использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6
– выявлять ключевые факторы результативности спортивной подготовки и разрабатывать оптимальные алгоритмы воздействия на выявленные факторы с учетом специфики вида спорта, стратегических целей и задач спортивной подготовки;	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-7
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– использовать оптимальные критерии и методы оценки эффективности спортивной подготовки	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-11
– вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-1
– анализировать состояние научно-методической базы, психологического сопровождения на соответствие федеральным стандартам спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ПК-2
– соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-3
– определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-4

спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося		
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период подготовки;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5
– выявлять проблемы в организации проведения консультирования и тестирования, разрабатывать мероприятия по ее совершенствованию;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», D/03.6	ПК-10
– мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд по видам спорта, группе спортивных дисциплин;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– составлять отчеты по результатам аудита спортивной подготовки;	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ПК-12
– обобщать накопленный материал в области управления психологической подготовкой;	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6, Е/02.6	ПК-13
– применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы занимающихся (спортивной команды): беседа, внушение, убеждение, метод заданий и поручений, моделирование соревновательных ситуаций, психотехнические упражнения, идеомоторная тренировка, психорегулирующие средства;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-14
– консультировать по вопросам внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-15
– использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
– применять средства физического и психического восстановления занимающихся	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-17
– давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность	ПС 05.003 «Тренер», D/01.6	ПК-18

различных сторон его подготовленности;		
– использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации (в том числе на основе информационно-коммуникационных технологий) для организации и проведения теоретического занятия, тематического публичного выступления	ПС 05.003 «Тренер» Е/02.6	ПК-19
– проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроения занимающегося	ПС 05.003 «Тренер» С/01.6	ПК-20
Иметь опыт:		
– анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/04.7	УК-1
– разбора с занимающимися результатов выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	УК-3
– использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации в соревновательной деятельности	ПС 05.003 «Тренер» В/03.5, С/01.6	УК-5
– выявления наиболее перспективных занимающихся на тренировочном этапе для их дальнейшего спортивного совершенствования;	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6	ОПК-1
– определения уровня спортивной предрасположенности и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6	ОПК-2
– проведение теоретических занятий в форме лекций, семинаров, а также совместного просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, обучающих и научно-популярных фильмов с занимающимися с целью изучения системы движений, соответствующей особенностям вида спорта	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6	ОПК-3
– наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном сорев-	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4

новании, действиями судей и соперников;		
– проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных нарушениях спортивных правил	ПС 05.003 «Тренер», В/03.5	ОПК-5
– работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6
– консультационного сопровождения тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки занимающихся, спортсменов	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-7
– контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– разработки программы консультационной поддержки тренеров в режиме дистанционной работы	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-11
– проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям	ПС 05.003 «Тренер», D/03.6, D/04.6	ПК-1
– обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ПК-2
– анализа новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью, оценка перспектив использования методик в условиях спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-3
– моделирования соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-4
– использования адекватных средств, методов и форм формирования и поддержание благоприятного функционального состояния при подготовке	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ПК-5

к выступлениям на спортивных соревнованиях;		
– внесения предложений по разработке или модификации системы мотивации тренеров	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», D/03.6	ПК-10
– формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки	ПС 05.003 «Тренер», E/02.6	ПК-12
– применения психологических знаний в тренерской деятельности	ПС 05.003 «Тренер» C/03.6, H/03.7	ПК-13
– формирования у спортсменов команды состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации;	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-14
– консультирования тренеров, спортсменов спортивной команды по вопросам спортивной подготовки спортивной команды.	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-15
– мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-16
– анализа эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-17
– анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося	ПС 05.003 «Тренер», A/03.5	ПК-18
– проведения публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам психологической подготовки	ПС 05.003 «Тренер» A/04.5	ПК-19
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-20

2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Производственная практика (Б2.О.01.02(П)) относится к Блоку 2 «Практики» обязательной части образовательной программы. В соответствии с учебным планом практика проходит по очной форме обучения на 2 курсе в третьем семестре. Итоговая форма контроля: дифференцированный зачет. Для успешного прохождения практики необходимы входные знания, умения и компетенции магистранта, полученные по следующим дисциплинам: Введение в спортивную психологию, Психологическое консультирование в спорте, Психологическое сопровождение спортивной деятельности, Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте, Психофизиология спортивной деятельности, Психология личности спортсмена.

3. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

15 зачетных единиц

540 часа

Вид учебной работы		Всего часов	семестры
			3
Выполнение индивидуальных заданий		436	436
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)		4	4
Общая трудоемкость	часы	540	540
	зачетные единицы	15	15

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Всего часов
1.	Организационный и учебно-методический (60 часов)	Участие во вводной конференции по производственной практике.	6
		Составление индивидуального плана работы на период практики.	8
		Оценка потенциальных возможностей спортсмена.	20
		Составление плана-графика психологической подготовки спортсмена	20
		Подготовка и защита индивидуального (группового) отчета по результатам прохождения практики.	6
2.	Коррекционно-развивающее направление деятельности в психологической подготовке спортсменов (180 часов)	Психическая регуляция в психологической подготовке спортсменов	10
		Создание программ психологического воздействия (индивидуальных или групповых) для регуляции психического состояния.	40
		Реализация разработанных программ в форме психорегуляционных сеансов	40
		Тренинг в психологической подготовке спортсменов.	10
		Разработка тренинговых программ: решения проблем; когнитивные, социально-психологические; экспрессивные; индивидуального имиджа спортсмена; тренинги карьеры.	40
		Проведение тренинговых занятий и организация обратной связи со спортсменами об эффективности проведенной работы.	40
3.	Практическая реализация средств и методов общей психологической подготовки спортсменов в учебно-тренировочном процессе (160 часов)	Определения возможности использования средств общей психологической подготовки в учебно-тренировочном занятии	10
		Проведение психодиагностики, анализ результатов и подготовка на его основе информации для тренера и спортсменов по возможностям повышения эффективности учебно-тренировочного процесса.	40
		Разработка психолого-педагогических рекомендаций конкретному спортсмену по оптимизации целей, форм и средств их достижения, ана-	30

		лиза трудностей и путей их преодоления.	
		Проведение тренировочных занятий по виду спорта с использованием психотехнических, психокоррекционных, мобилизирующих и релаксационных упражнений.	30
		Систематическое ведение мониторинга психологической подготовленности спортсменов по результатам наблюдения, опроса, тестирования, участия в соревнованиях.	30
		Ознакомление с методикой отбора в СШ по избранному виду спорта и практическое участие в его осуществлении.	20
4	Практическая реализация средств и методов специальной психологической подготовки спортсменов в учебно-тренировочном процессе (140 часов).	Специальная психологическая подготовка, моделирование психологических условий предстоящих соревнований и конкретизация задач.	20
		Изучение динамики психического состояния по результатам психологического мониторинга и организация адекватных коррекционных воздействий.	30
		Анализ потенциальных соперников и трудностей предстоящего соревнования.	20
		Секундирование как ситуативное оказание психологической помощи спортсмену на соревновании.	20
		Анализ выступления спортсменов на соревнованиях с выделением благоприятных и неблагоприятных факторов.	30
		Участие в организации и проведении массовых физкультурно-спортивных мероприятий и (или) научно-практических конференций, семинаров для тренеров (родителей, спортсменов).	20
Дифференцированный зачет			4
ИТОГО:			540

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/04.7 Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки	Знать: предмет и основные проблемы психологического сопровождения в практике спорта; Уметь: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке; Иметь опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы.
УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям; Уметь: формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; Иметь опыт разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании.
УК-3. Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знать: технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды; Уметь: обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде; Иметь опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спорт. соревнований.

УК-5. Способность анализировать и учитывать раз- нообразие культур в про- цессе межкультурного вза- имодействия.	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико- тактической, психологической и теоретиче- ской подготовленности занимающихся в соот- ветствии с программами спортивной подго- товки Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	Знать: особенности индивидуальных различий спортсменов; Уметь: применять понятийно-категориальный аппарат психо- логической науки, Иметь опыт использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации в сорев- новательной деятельности Имеет опыт использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации в сорев- новательной деятельности
ОПК-1. Способность пла- нировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избран- ном виде спорта.	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6 Планирование, учет и анализ результа- тов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной спе- циализации)	Знать: методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовлен- ности занимающихся; Уметь: систематически анализировать индивидуальные ре- зультаты подготовки занимающегося на тренировочном этапе с целью окончательного определения его индивидуальной спортивной специализации; Иметь опыт выявления наиболее перспективных занимаю- щихся на тренировочном этапе для их дальнейшего спортив- ного совершенствования.
ОПК-2. Способность осуществлять отбор в спортивную сборную команду и в резерв.	ПС 05.003 «Тренер», С/01.6 Отбор занимающихся в группы трени- ровочного этапа (этапа спортивной специали- зации)	Знать: причинно-следственные связи формирования мотива- ций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям; Уметь: оценивать спортивную предрасположенность занима- ющихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов; Иметь опыт определения уровня спортивной предрасполо- женности и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта.
ОПК-3. Способность проводить групповые и	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней общей и	Знать: психологические средства для снижения уровня нерв- но-психической напряженности во время тренировок, осо-

индивидуальные тренировки с высококвалифицированными спортсменами, соответствующие специфике соревновательной деятельности.	специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	бенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации. Уметь: развивать специальную закрепляющую мотивацию занимающихся к занятиям видом спорта, стимулировать к спортивному самосовершенствованию. Иметь опыт проведения теоретических занятий в форме лекций, семинаров, а также совместного просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, обучающих и научно-популярных фильмов с занимающимися с целью изучения системы движений, соответствующей особенностям вида спорта
ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: этические нормы в области спорта; Уметь: использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях; Иметь опыт наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;
ОПК-5. Способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки В/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	Знать: этические нормы в области спорта; Уметь: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Иметь опыт проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных нарушениях спортивных правил
ОПК-6. Способность обос-	ПС 05.003 «Тренер»,	Знать: методы тестирования спортсменов в целях определе-

новывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.	Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	ния показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации Уметь: использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды. Иметь опыт работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды
ОПК-7 Способность управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд.	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	Знать: методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации; Уметь: выявлять ключевые факторы результативности спортивной подготовки и разрабатывать оптимальные алгоритмы воздействия на выявленные факторы с учетом специфики вида спорта, стратегических целей и задач спортивной подготовки Иметь опыт консультационного сопровождения тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки занимающихся, спортсменов
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.003 «Тренер» Е/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды	Знать: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Уметь: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Иметь опыт контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды.
ОПК-11 – Способность осуществлять методическое	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	Знать: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)

сопровождение спорта высших достижений.		Уметь: использовать оптимальные критерии и методы оценки эффективности спортивной подготовки Иметь опыт разработки программы консультационной поддержки тренеров в режиме дистанционной работы
ПК-1. Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена	ПС 05.003 «Тренер» D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	Знать: способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена; Уметь: вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях; Имеет опыт проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям
ПК-2. Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8 Руководство процессом централизованной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортивных сборных команд	Знать: требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине) Уметь: анализировать состояние научно-методической базы, психологического сопровождения на соответствие федеральным стандартам спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства Иметь опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине
ПК-3. Способен разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной,	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	Знать: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); Уметь: соблюдать нравственные и этические нормы в

соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий.		процессе коммуникации; Иметь опыт анализа новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью, оценка перспектив использования методик в условиях спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-4. Способен разрабатывать алгоритм соревновательной деятельности и обеспечивать его реализацию	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	Знать: основы спортивной психологии. Уметь: определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося Иметь опыт моделирования соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности
ПК-5. Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: объективные показатели, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач; Уметь: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период подготовки; Иметь опыт использования адекватных средств, методов и форм формирования и поддержание благоприятного функционального состояния при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях;
ПК-10. Способен аккумулировать знания в области организационно-управленческой деятельности и принимать организационно-управленческие решения, связанные с	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», D/03.6 Управление персоналом, действующим в проведении тестирования и консультирования	Знать: порядок составления установленной отчетности Уметь: выявлять проблемы в организации проведения консультирования и тестирования, разрабатывать мероприятия по ее совершенствованию; Иметь опыт внесения предложений по разработке или модификации системы мотивации тренеров

профессиональными рисками		
ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физической и спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	Знать: модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса; Уметь: мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин; Иметь опыт формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований
ПК-12 – Готов разрабатывать организационно-нормативные документы и использовать их в своей деятельности	ПС 05.003 «Тренер», E/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	Знать: методы сбора, систематизации и статистической обработки информации Уметь: составлять отчеты по результатам аудита спортивной подготовки; Иметь опыт анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки
ПК-13. Способен определять приоритеты при решении актуальных проблем и задач организационно-управленческой деятельности	ПС 05.003 «Тренер», D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов H/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знать: направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки Уметь: обобщать накопленный материал в области управления психологической подготовкой; Иметь опыт применения психологических знаний в тренерской деятельности
ПК-14. Способен разрабатывать и обеспечивать реализацию мероприятий по	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6 Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды	Знать: основы спортивной психологии; Уметь: применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы

психолого-педагогическому и методическому сопровождению тренировочного и соревновательного процесса в спортивных организациях.	С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	занимающихся (спортивной команды): беседа, внушение, убеждение, метод заданий и поручений, моделирование соревновательных ситуаций, психотехнические упражнения, идеомоторная тренировка, психорегулирующие средства; Иметь опыт формирования у спортсменов спортивной команды состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации;
ПК-15. Способен проводить психологическое консультирование субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6 Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды	Знать: современные технологии, средства и методы командной и индивидуальной подготовки спортсменов высокого класса, организации взаимодействия в спортивной команде и критерии оценки эффективности подготовки спортивной команды. Уметь: консультировать по вопросам внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта Иметь опыт консультирования тренеров, спортсменов спортивной команды по вопросам спортивной подготовки спортивной команды.
ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды H/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знать: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Уметь: использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Иметь опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.
ПК-17. Способен использовать в профессиональной деятельности современные средства и методы психо-	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретиче-	Знать: психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания

логической профилактики, восстановления и реабилитации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья спортсменов и тренеров.	ской подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	и коррекции мотивации Уметь: применять средства физического и психического восстановления занимающихся; Иметь опыт анализа эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды.
ПК-18. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные методики психофизиологической и психологической диагностики субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», В/02.5 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки	Знать: методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека; Уметь: давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности; Иметь опыт анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося
ПК-19. Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности.	ПС 05.003 «Тренер» А/04.5 Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	Знать: предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта; Уметь: использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации (в том числе на основе информац.-коммуникационных технологий) для организации и проведения теоретического занятия, тематического публичного выступления; Иметь опыт проведение индивидуальных или групповых консультаций, лекций и семинаров для тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления ви-

		деотрансляций.
ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.	ПС 05.003 «Тренер» Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды С/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	Знать: ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды; Уметь: проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроя занимающегося; Иметь опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.

ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ

1. Титульный лист (приложение 1)
2. Индивидуальный план работы на период практики (приложение 2).
3. Сводный протокол по результатам диагностики спортсменов (приложение 3).
4. Психолого-педагогическая характеристика спортсмена и рекомендации по управлению психологической подготовкой (приложение 4).
5. Программа психологической подготовки спортсмена (приложение 5).
6. Протоколы анализа выступления спортсмена на соревнованиях (приложение 6).
7. Отчет о практической реализации задач психологической подготовки (приложение 7).
8. Статья по теме магистерской диссертации (приложение 8).
9. Стендовый доклад (постер) по актуальным проблемам психологической подготовки (приложение 9).
10. Отчет по результатам прохождения практики (приложение 10).
11. Дневник с подробным анализом выполненной работы (приложение 11).

Контроль успеваемости осуществляется в форме выполнения практических заданий, отчетной документации, индивидуального и группового отчета, участия в итоговой конференции по практике.

По результатам прохождения практики выставляется итоговая отметка, которая базируется на следующих компонентах:

- объем фактически выполненной работы по основным направлениям и разделам деятельности (количество проведенных психодиагностических методик, количество обследованных);
- своевременность и качество ведения дневника практики, выполнения заданий, составления отчетной документации;
- эффективность проведения коррекционно-развивающих мероприятий со спортсменами;
- степень овладения профессионально-педагогическими умениями и навыками, уровень практической подготовленности;

- готовность к самостоятельной деятельности в рамках психологического тестирования спортсменов и команд;
- трудовая и исполнительская дисциплина;
- содержание дневника практики и отчета практиканта;
- подготовка практиканта к защите практики и дифференцированному зачету.

Отметка по практике выводится с учетом выполнения всех ее разделов, как среднее арифметическое из полученных отметок. Итоговая отметка по практике определяется с учетом: содержания отзыва непосредственного руководителя практики о деятельности практиканта; содержания отчетной документации (качество, самостоятельность выполнения и достоверность записей, своевременность выполнения заданий); степени профессиональной компетентности практиканта; трудовой и исполнительской дисциплины практиканта. Магистрант, не представивший в установленный срок дневник практики и отчетную документацию без уважительной причины, не аттестовывается.

Уровень освоения		
«Зачтено» или «удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
Планирование индивидуальных заданий с на весь период практики частично отражает логику построения научного исследования. В программе ключевые элементы исследования в целом связаны между собой. Подбор методик исследования требует коррекции. При планировании индивидуальных заданий последовательность освоения методов, приемов планирования и организации НИР на различных ее этапах частично нарушена, требовалась помощь руководителя практик, преподавателя отвечающего за работу магистранта. В анализе	Планирование индивидуальных заданий на весь период практики в целом отражает логику построения научного исследования. В программе ключевые элементы исследования связаны между собой. Подбор методик исследования требует расширения, а не содержательного изменения. При планировании индивидуальных заданий соблюдена логичность решения поставленных задач, помощь руководителя практик, преподавателя отвечающего за работу магистранта в той требовалась лишь в стилистическом плане. В анализе выполнения	Планирование индивидуальных заданий на весь период практики отражает логику построения научного исследования. В программе ключевые элементы исследования связаны между собой. При планировании индивидуальных заданий соблюдена логичность решения поставленных задач, помощь руководителей практики требовалась лишь в стилистическом плане. В анализе выполнения программы учебной практики замечания с улучшением содержания заданий, а не с их последовательностью.

выполнения программы учебной практик есть замечания по последовательности выполнения индивидуальных заданий.	программы учебной практики замечания связаны с улучшением содержания заданий, а не с их последовательностью.	
Оформляет содержание потенциальной статьи (тезисов) или составляет и представляет научный доклад по результатам исследования на научно-практической или научно-методической конференции кафедры. Подготовка и защита отчета по результатам прохождения практики	Оформляет содержание потенциальной статьи (тезисов) или составляет и представляет научный доклад по результатам исследования на научно-практической или научно-методической студенческой конференции (СНК). Подготовка и защита отчета по результатам прохождения практики. Предоставление всех отчетных документов	Статья (тезисы) приняты в печать или опубликованы в научных изданиях и (или) представлен научный доклад по результатам исследования на научно-практической или научно-методической студенческой конференции. Подготовка и защита отчета по результатам прохождения практики. Защита и предоставление отчета по итогам выполнения программы учебной практики. Предоставление всех отчетных документов.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания

Оценка результатов работы магистранта в период практики выставляется курсовым руководителем по согласованию с руководителями базы практики в виде дифференцированного зачета, который приравнивается к зачетам по теоретическому обучению и учитывается при подведении итогов общей успеваемости магистрантов.

По результатам профессионально-ориентированной практики магистрант получает дифференцированную оценку, которая складывается из следующих показателей:

- оценка психологической готовности магистранта к работе в современных условиях (оцениваются мотивы, движущие исследователем в работе, его понимание целей и задач, стоящих перед современным специалистом);
- оценка технологической готовности магистранта к работе в современных условиях (оценивается общая дидактическая, методическая, техническая подготовка по проведению научных исследований);
- оценка умений планировать свою деятельность (учитывается умение прогнозировать результаты своей деятельности, оценивать реальные возможности и свои резервы, которые можно привести в действие для реализации намеченного);

- оценка исследовательской деятельности магистранта (выполнение экспериментальных и исследовательских программ, степень самостоятельности, качество обработки полученных данных, их интерпретация, достижение цели);

- оценка работы магистранта над повышением своего профессионального уровня (оценивается поиск эффективных методик и технологий исследования);

- оценка личностных качеств магистранта (культура общения, уровень интеллектуального, нравственного развития и др.);

- оценка отношения к практике, к выполнению заданий руководителя.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный//-

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-

5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия / сост. и общ. ред. И. П. Волкова, Н. С. Цикуновой. — М.: Советский спорт, 2005. — 286 с.

7. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. — СПб.: Питер, 2002. — 384 с.

8. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

9. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. — Москва: Спорт, 2016. — 624 с. — Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

10. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск: СГУС, 2024. — 257 с.

Дополнительная:

11. Алексеев, А. В. Психогигиена / А. В. Алексеев. — Ростов н/Д: Феникс, 2004. — 192 с.

12. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск: Издательство СибГУФК, 2012. — 328 с. — Текст: электронный// — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>

13. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. — Майкоп: Магарин О. Г., 2018. — 332 с.

14. Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс]/ С.К. Багадирова. — Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. — 198 с. — Текст: электронный// — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>

15. Буянов, В. Э. Размышления о стрельбе: со смехом и всерьез / В. Э. Буянов, Д. Ю. Минкин, В. К. Сафонов. — СПб.: Владос Северо-Запад, 2011. — 224 с.

16. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. — СПб.: Питер, 2009. — 336 с.

17. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. — Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. — 53 с.

18. Воскресенская, Е. В. Формирование эмоционально-волевой сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий. – Минск: БГУФК, 2016. – 95 [4] с.: ил.
19. Вяткин, Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б. А. Вяткин. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 67 с.
20. Гогун, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Е. Н. Гогун, Б. И. Мартыанов. – М.: Академия, 2003. – 288 с.
21. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта: учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).
22. Горская, Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учеб. пособие / Г. Б. Горская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 220 с.
23. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
24. Гринберг, Дж. С. Управление стрессом / Дж. С. Гринберг. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
25. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р. М. Загайнов. – М.: Советский спорт, 2010. – 232 с.
26. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2000. – 512 с.
27. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.
28. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2007. – 783 с.
29. Киселев, Ю. Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения / Ю. Я. Киселев. – М.: Советский спорт, 2009. – 276 с.
30. Китаева, М. В. Психология победы в спорте: учеб. пособие / М. В. Китаева. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 208 с.
31. Коломейцев, Ю. А. Социальная психология спорта: учеб.-метод. пособие / Ю. А. Коломейцев. – Минск: БГПУ, 2005. – 292 с.
32. Кузьменко, А. Г. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г. А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.
33. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки: монография / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 530 с.
34. Кулакова, Э. А. Приемы психорегуляции в спорте: метод. разработ. для студентов и слушателей Высш. школы тренеров / Э. А. Кулакова. – М.: ГЦОЛИФК, 1991. – 23 с.

35. Малкин, В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.
36. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.
37. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
38. Медведев, В. В. Психологические основы обучения двигательным действиям в спорте : лекция для студентов ГЦОЛИФКа. – М. : ГЦОЛИФК, 1985. – 25 с.
39. Медведев, В. В. Психологические особенности личности спортсмена : лекция для студентов и слушателей ФПК и Высш. шк. тренеров / В. В. Медведев. – М., 1993. – 49 с.
40. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.
41. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
42. Мельник, Е. В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова, А. Ю. Гиринская. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2017. – 56 с.
43. Мельник, Е. В. Формирование потребностно-мотивационной сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Е. В. Воскресенская. – Минск: БГУФК, 2016. – 57 [4] с.: ил.
44. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера: учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск: БГУФК, 2014. – 238 с.
45. Найдиффер, Р. М. Психология соревнующегося спортсмена / Р. М. Найдиффер ; пер. А. Н. Романина. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 244 с.
46. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте: учеб. для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общ. ред. А. В. Родионова. – М.: Юрайт, 2020. – 251 с.
47. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.
48. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
49. Психология детско-юношеского спорта: учебник для студентов высш. учеб. заведений / А. В. Родионов [и др.]; под ред. А. В. Родионова. – М.: Физическая культура и спорт, 2013. – 277 с.
50. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

51. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.
52. Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова, В. А. Родионова. – М.: Академия, 2016. – 320 с.
53. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для ин-тов физ. культ. / под ред. Т. Т. Джамгарова, А. Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 156 с.
54. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности: монография / Л.Г. Уляева [и др.] ; под общ. ред. Л. Г. Уляевой. – М. : Мархотин П.Ю., 2014. – 236 с.
55. Пуни, А. Ц. Очерки психологии спорта / А. Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1959. – 307 с.
56. Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала : Юпитер, 2002. – 160 с.
57. Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта : учеб. для вузов / А. В. Родионов. – М. : Академический проект : Фонд «Мир», 2004. – 576 с.
58. Савенков, Г. И. Психологическая подготовка спортсмена в современной системе спортивной тренировки / Г. И. Савенков. – М. : Физическая культура, 2006. – 96 с.
59. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
60. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539186>.
61. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
62. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.
63. Смоленцева, В.Н. Психология взаимодействия в спорте [Электронный ресурс] / В.Н. Смоленцева, Ю.А. Мироненко, В.А. Блинов, Н.А. Шакина ; под ред. В.Н. Смоленцевой ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 123 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459433>
64. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и

молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный//URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

65. Сопов, В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: метод. пособие / В. Ф. Сопов. – М., 2010. – 115 с.

66. Стамбулова, Н. Б. Психология спортивной карьеры : учеб. пособие / Н. Б. Стамбулова. – СПб. : Центр карьеры, 1999. – 368 с.

67. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханнин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.

68. Тиунова, О. В. Мотивация достижений в спортивной деятельности: метод. рекомендации / О. В. Тиунова. – М.: ТрансЛит, 2007 – 32 с.

69. Тихвинская, Е. О. Психология переживания в спорте: учеб. пособие / Е. О. Тихвинская. – СПб., 2007. – 48 с.

70. Этика для Европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского изд. И.Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.

71. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М. : Советский спорт, 2006. – 163 с.

72. Яковлев, Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учеб. пособие / Б. П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2014. – 312 с.

73. Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учеб. пособие / Б.П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>

6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>

7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>

8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>

9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>

10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помеще-	Укомплектована специализированной

	ние для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер	16.08.2016	Интернет-браузер

	Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

**Отчетная документация о прохождении производственной практики
(ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ)**

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Сроки прохождения

практики _____

Магистрант _____
подпись *ФИО*

Форма обучения: _____

Курс – 2

Руководитель от организации _____
подпись *ФИО*

Руководитель от проф. организации _____
подпись *ФИО*

Оценка за документацию _____

Оценка за практику _____

Смоленск 202__

Приложение 2

«УТВЕРЖДАЮ»

«__»_____202__ г.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ НА ПЕРИОД ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

№ п/п	Содержание работы	Недели										Отметка о выполнении
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Изучение документов планирования и учета на базе практики	X	X									
2	Разработка и утверждение индивидуального плана работы на период практики											
3	Проведение диагностики спортсменов											
4	Разработка сводного протокола по результатам диагностики											
5	Анализ по результатам диагностики по группе спортсменов											
6	Психолого-педагогическая характеристика спортсмена											
7	Разработка рекомендаций по управлению психологической подготовкой											
8	Разработка программы психологической подготовки спортсмена											

№ п/п	Содержание работы	Недели										Отметка о выполнении
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
9	Разработка плана-конспекта психологического тренинга											
10	Разработка плана-конспекта занятия по обучению спортсмена методам саморегуляции											
11	Разработка плана-конспекта занятия по развитию психологических качеств и навыков											
12	Ведение протоколов анализа выступления спортсмена на соревнованиях											
13	Составление графика динамики психического состояния спортсмена по результатам психологического мониторинга на соревнованиях											
14	Составление отчета о практической реализации задач общей и специальной психологической подготовки											
15	Подготовка статьи по теме магистерской диссертации											
16	Подготовка стендового доклада (постера) по актуальным проблемам психологической подготовки											
15	Ведение дневника практики	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
16	Оформление индивидуального и группового отчетов по практике										X	
17	Защита практики										X	

Магистрант _____ подпись

Руководитель от организации _____
отметка _____ подпись

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ДИАГНОСТИКИ СПОРТСМЕНОВ

Тестирование спортсменов/команды (12-16 человек) проводится по базовым психодиагностическим методикам с использованием компьютерных диагностических комплексов (НС-Психотест, КРИС, МОНИТОР и др.) и бланковых опросников [4, 5, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 20, 21, 22, 25, 26].

Список тестов:

1. «Реакция на движущийся объект» (РДО).
2. «Реакция выбора».
3. «Скорость переработки информации».
4. «Внимание». «Помехоустойчивость».
5. «Теппинг-тест».
6. «Шкала предсоревновательного состояния».
7. Опросник САН «Самочувствие. Активность. Настроение».
8. Опросник «Соревновательные стресс-ситуации».
9. _____
10. _____

В приложении представлено описание процедуры проведения тестов и бланки для ответов. Диагностический комплекс может быть дополнен другими тестами, исходя из задач психологической подготовки, запроса тренера, тематикой магистерской диссертации. Результаты тестирования обрабатываются, составляется сводный протокол, который заполняется в Excel таблице и прикладывается к основной документации (приложение 1). Магистрант рассчитывает основные статистические характеристики и проводит анализ полученных результатов.

Пример оформления сводного протокола психодиагностики

Код испытуемого	Анкетные данные	Методика			Методика			
	Пол, возраст, вид спорта....	Показатель 1	Показатель 2	Показатель 3	Показатель 1	Показатель 2	Показатель 3	Показатель 4
ИВ 1								
МК 2								
Среднее значение								

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ДИАГНОСТИКИ ГРУППЫ СПОРТСМЕНОВ

Дата и время обследования _____

Вид спорта _____

ФИО тренера _____

Количество обследованных спортсменов _____ Юношей _____ Девушек _____

Возраст _____ Спортивный разряд _____

Используемые методики _____

Заключение _____

Рекомендации _____

Магистрант _____ *подпись*

Руководитель от организации _____
отметка _____ *подпись*

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА
СПОРТСМЕНА И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УПРАВЛЕНИЮ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКОЙ**

ФИ спортсмена (Код) _____

Возраст _____ Пол _____ Спортивный разряд _____

Вид спорта участника диагностики _____

Особенности поведения спортсмена при первой коммуникации (невербалика, вербалика) _____

Психологический анамнез спортсмена (на основании беседы и наблюдения):

Семья _____

Трудности в контактах со сверстниками, тренером _____

Самооценка спортивной успешности _____

Мотивация успеха/избегания неудачи _____

Страхи в спорте _____

Название методик, используемых в диагностике _____

Текущий уровень психологической подготовленности (количественная и качественная оценка показателей, спортивная успешность) _____

Контактность спортсмена при первичной встрече _____

Уровень развития личности спортсмена:

особенности психомоторных _____

процессов _____

тип темперамента _____

свойства нервной _____

систе-

мы _____

типичные предстартовые состояния _____

особенности волевой сферы _____

особенности мотивационной сферы _____

особенности эмоциональной сферы _____

Особенности взаимодействия в системе «тренер-спортсмен» _____

положительные установки тренера по отношению к спортсмену _____

отрицательные установки тренера по отношению к спортсмену _____

Особенности взаимоотношений в системе «спортсмен-родители» _____

положительные установки родителей по отношению к ребёнку-спортсмену

отрицательные установки родителей по отношению к ребёнку-спортсмену

Сильные стороны проявления изученных качеств в спортивной деятельности

Слабые стороны проявления изученных качеств в спортивной деятельности

Возможные внутренние причины имеющихся слабых сторон личности

Возможные внешние причины имеющихся слабых сторон личности

Возможности компенсации слабых сторон _____

Рекомендации по управлению психологической подготовкой

Магистрант _____ *подпись*

Руководитель от организации _____

отметка

подпись

ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА**ПЛАН-ГРАФИК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
СПОРТСМЕНА/КОМАНДЫ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

Вид спорта _____
 Возраст спортсменов _____ Спортивный разряд _____

Цель	Задачи	Средства и методы	ОМУ
Общая психологическая подготовка (тренировочный процесс)			
	1.		
	2.		
	3.		
Общая психологическая подготовка (соревновательный процесс)			
	1.		
	2.		
	3.		

Цель	Задачи	Средства и методы	ОМУ
Специальная психологическая подготовка			
	1.		
	2.		
	3.		
Непосредственная психологическая подготовка			
	1.		
	2.		
	3.		

Магистрант _____подпись

Руководитель от организации _____
отметка
подпись

ПЛАН-КОНСПЕКТ ТРЕНИНГОВОГО ЗАНЯТИЯ

Название « _____ »

Продолжительность _____ Стимульный материал _____

Количество участников _____ Возраст участников _____

Целевая аудитория (тренеры/спортсмены/команда/родители) _____

Цель тренинга _____

Задачи тренинга

1. _____

2. _____

3. _____

Содержание занятия

Часть занятия	Упражнение	Время	ОМУ, материалы

Выходные данные литературных источников, из которого были взяты упражнения.

Анализ проведенного тренингового занятия

Чем руководствовались при постановке задач занятия?

Какая была выбрана пространственная организация занятия?

Какой направленности упражнения были использованы на этапе разогрева, и почему? _____

Какой способ обратной связи был выбран, и почему? _____

Какую роль выполняли Вы, как ведущий на занятии? _____

Какой был выбран ведущим стиль управления? _____

Соответствовали ли задачи занятия возрасту, деятельности и особенностям группы участников? _____

Какие были трудности при подготовке и проведении занятия?

Что удалось при проведении занятия?

Что, на Ваш взгляд, позволило/не позволило достичь результата?

Что должно быть учтено при повторном проведении занятия тренинга?

Оцените степень удовлетворения от проведения занятия от 1 до 5 _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО ОБУЧЕНИЮ СПОРТСМЕНА МЕТОДУ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Название метода психорегуляции _____

Цель _____

Задачи _____

Продолжительность занятия _____

Необходимое оборудование _____

Содержание

№ занятия и название темы	Упражнения	Время	ОМУ

Краткое описание метода психорегуляции _____

Выходные данные литературных источников, из которого были взяты
упражнения _____

Анализ проведенного занятия по обучению спортсмена методу саморегуляции

Какие были трудности при проведении обучения? _____

Что удалось при проведении? _____

Что позволило достичь результата? _____

Что должно быть учтено при самостоятельном использовании этого метода
психорегуляции? _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО РАЗВИТИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И УМЕНИЙ У СПОРТСМЕНА/КОМАНДЫ

Разрабатываются психолого-педагогические средства (программа) по развитию психических качеств и умений спортсмена, индивидуализации учебно-тренировочного процесса и повышению эффективности соревновательной деятельности.

Название программы _____

Цель программы _____

Задачи программы _____

Количество занятий _____ их продолжительность _____

Контингент _____ Вид спорта _____

Содержание

№ занятия и название темы	Упражнения	Время	ОМУ (форма выполнения, частота, интенсив- ность, кол-во повторе- ний)

Выходные данные литературных источников, из которого были взяты упражнения.

ПРОТОКОЛ АНАЛИЗА ВЫСТУПЛЕНИЯ СПОРТСМЕНА НА СОРЕВНОВАНИЯХ №1

ФИО спортсмена _____ Вид спорта _____

Возраст _____ Спортивный разряд _____

Дата соревнований _____ Количество соперников _____

Название и уровень спортивных соревнований _____

Цель на соревнования _____

ЧСС у спортсмена (количество ударов за 15 сек x 4):

за час до старта _____ за пол часа до старта _____ за 10 мин до старта _____

Срок постановки цели (за месяц, за неделю, за несколько дней, за несколько минут до соревнований) _____

Какой результат хочет показать спортсмен (выше личного рекорда, выполнить норматив, на уровне личного рекорда, выиграть соревнования, максимально выложиться, победить конкретного соперника, занять место (какое?)) _____

Форма поставленной цели (во что бы то ни стало, надо достичь, надо пробовать достигать, можно попробовать достигнуть, достигнуть, если будет тяжело) _____

Оцените уровень психического состояния спортсмена перед соревнованиями

<i>Показатели</i>	<i>1 низкий</i>	<i>2 ниже среднего</i>	<i>3 средний</i>	<i>4 выше среднего</i>	<i>5 высокий</i>
Активность (заряженность)					
Настроение					
Желание соревноваться					
Тревожность (возбуждение)					
Усталость					
Концентрация внимания					

Осознанность					

Оцените уровень готовности спортсмена в различных видах подготовки к соревнованию от 1 (очень низкий) до 5 (очень высокий):

физическая подготовленность _____ техническая подготовленность _____

тактическая подготовленность _____ психологическая подготовленность _____

Оцените психическое состояние спортсмена перед соревнованиями:

степень волнения (очень сильная, как никогда сильная, как обычно, меньше, чем обычно, не волновался, было безразлично) _____

время появления волнения (за неделю, за три дня, за один день, накануне вечером, утром, в зале, перед стартом) _____

Какой использовался способ снижения чрезмерного волнения (психорегуляции) перед соревнованиями _____

Оцените состояние спортсмена во время соревнований от 3 до -3 (обведите нужную цифру), соедините выбранные цифры между собой линией.

размялся очень хорошо	3	2	1	0	-1	-2	-3	размялся недостаточно
чувствовал себя расслабленным	3	2	1	0	-1	-2	-3	чувствовал себя напряжённым
поведение контролировал	3	2	1	0	-1	-2	-3	поведение не контролировал
мышцы были расслаблены	3	2	1	0	-1	-2	-3	мышцы были напряжены
ощущал прилив сил	3	2	1	0	-1	-2	-3	испытывал крайнее утомление
не прилагал никаких усилий	3	2	1	0	-1	-2	-3	прилагал значительные усилия
ощущал большой запас энергии	3	2	1	0	-1	-2	-3	был истощён

Суммируйте выбранные ответы (учитывая знаки) и отметьте в какой диапазон входит общая оценка состояния спортсмена

+21....+11	+10....+1	0	-1....-10	-11....-21
отлично	хорошо	нейтрально	удовлетворительно	плохо

Количественные показатели выступления на соревнованиях:

занятое место _____, показанное время, количество проведённых боёв _____

Что получилось у спортсмена? _____

Что не получилось у спортсмена? _____

Что мешало? _____

Что помогало? _____

Что переживал спортсмен после соревнований (переутомление, недомогание, разочарование, радость победы, пресыщение, желание реванша, горечь поражения, злость на себя) _____

Что испытывал (очень был доволен, доволен, как никогда, вполне удовлетворён, частично удовлетворён, огорчён, безразличность, не доволен, не удовлетворён) _____

Какие ошибки допускал спортсмен? _____

Была ли достигнута цель? _____

Если цель не была достигнута, укажите причины _____

Что необходимо сделать в следующий раз? _____

Цель на следующие соревнования _____

Магистрант _____ *подпись*

Руководитель от организации _____

отметка

подпись

ПРОТОКОЛ АНАЛИЗА ВЫСТУПЛЕНИЯ СПОРТСМЕНА НА СОРЕВНОВАНИЯХ №2

ФИО спортсмена _____ Вид спорта _____

Возраст _____ Спортивный разряд _____

Дата соревнований _____ Количество соперников _____

Название и уровень спортивных соревнований _____

Цель на соревнования _____

ЧСС у спортсмена (количество ударов за 15 сек x 4):

за час до старта _____ за пол часа до старта _____ за 10 мин до старта _____

Срок постановки цели (за месяц, за неделю, за несколько дней, за несколько минут до соревнований) _____

Какой результат хочет показать спортсмен (выше личного рекорда, выполнить норматив, на уровне личного рекорда, выиграть соревнования, максимально выложиться, победить конкретного соперника, занять место (какое?)) _____

Форма поставленной цели (во что бы то ни стало, надо достичь, надо пробовать достигать, можно попробовать достигнуть, достигнуть, если будет тяжело) _____

Оцените уровень психического состояния спортсмена перед соревнованиями

<i>Показатели</i>	<i>1 низкий</i>	<i>2 ниже среднего</i>	<i>3 средний</i>	<i>4 выше среднего</i>	<i>5 высокий</i>
Активность (заряженность)					
Настроение					
Желание соревноваться					
Тревожность (возбуждение)					
Усталость					
Концентрация внимания					
Осознанность					

Оцените уровень готовности спортсмена в различных видах подготовки к соревнованию от 1 (очень низкий) до 5 (очень высокий):

физическая подготовленность _____ техническая подготовленность _____

тактическая подготовленность _____ психологическая подготовленность _____

Оцените психическое состояние спортсмена перед соревнованиями:
степень волнения (очень сильная, как никогда сильная, как обычно, меньше, чем обычно, не волновался, было безразлично) _____

время появления волнения (за неделю, за три дня, за один день, накануне вечером, утром, в зале, перед стартом) _____

Какой использовался способ снижения чрезмерного волнения (психорегуляции) перед соревнованиями _____

Оцените состояние спортсмена во время соревнований от 3 до -3 (обведите нужную цифру), соедините выбранные цифры между собой линией.

размялся очень хорошо	3	2	1	0	-1	-2	-3	размялся недостаточно
чувствовал себя расслабленным	3	2	1	0	-1	-2	-3	чувствовал себя напряжённым
поведение контролировал	3	2	1	0	-1	-2	-3	поведение не контролировал
мышцы были расслаблены	3	2	1	0	-1	-2	-3	мышцы были напряжены
ощущал прилив сил	3	2	1	0	-1	-2	-3	испытывал крайнее утомление
не прилагал никаких усилий	3	2	1	0	-1	-2	-3	прилагал значительные усилия
ощущал большой запас энергии	3	2	1	0	-1	-2	-3	был истощён

Суммируйте выбранные ответы (учитывая знаки) и отметьте в какой диапазон входит общая оценка состояния спортсмена

+21....+11	+10....+1	0	-1....-10	-11....-21
отлично	хорошо	нейтрально	удовлетворительно	плохо

Количественные показатели выступления на соревнованиях:

занятое место _____, показанное время, количество проведённых боёв _____

Что получилось у спортсмена? _____

Что не получилось у спортсмена? _____

Что мешало? _____

Что помогало? _____

Что переживал спортсмен после соревнований (переутомление, недомогание, разочарование, радость победы, пресыщение, желание реванша, горечь поражения, злость на себя) _____

Что испытывал (очень был доволен, доволен, как никогда, вполне удовлетворён, частично удовлетворён, огорчён, безразличность, не доволен, не удовлетворён) _____

Какие ошибки допускал спортсмен? _____

Была ли достигнута цель? _____

Если цель не была достигнута, укажите причины _____

Что необходимо сделать в следующий раз? _____

Цель на следующие соревнования _____

Магистрант _____ *подпись*

Руководитель от организации _____

отметка

подпись

ОТЧЕТ О ПРАКТИЧЕСКОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ЗАДАЧ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Реализация задач психологической подготовки соотносится с планом-графиком, обозначаются используемые средства и методы, проводится оценка их эффективности. В отчете также необходимо отразить возникающие трудности и возможные пути их решения.

ГРАФИК ДИНАМИКИ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНА ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА

Осуществить оценку предстартовой тревожности и мотивационного состояния (шкала предсоревновательного состояния), самочувствия, активности и настроения (опросник САН)

ФИ спортсмена _____ Пол _____ Возраст _____

1 срез (дата) _____

2 срез (дата) _____

3 срез (дата) _____

*Постройте график
динамики исследуемых
показателей у спортсмена
(как показано на примере)*

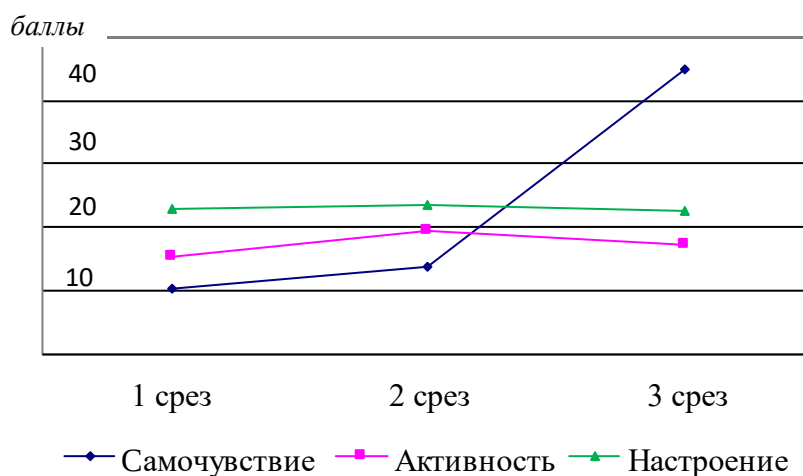


Рис. 1. Динамика показателей самочувствия, активности и настроения у спортсмена

Отметьте по результатам диагностики актуальное психическое состояние спортсмена после первого соревнования (рис. 2)

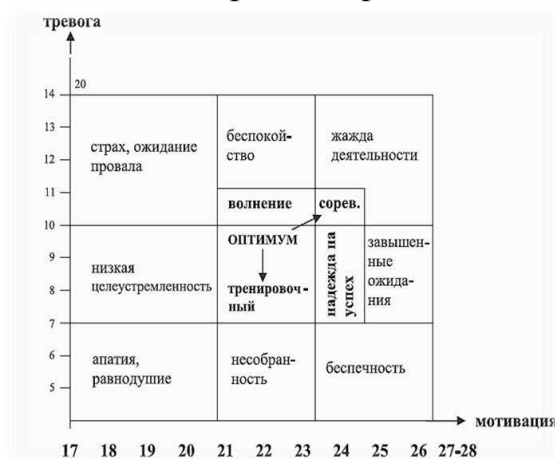


Рис. 2. Аналитическая система предстартового состояния (соревнование №1)

Отметьте по результатам диагностики актуальное психическое состояние спортсмена после второго соревнования (рис. 3).



Рис. 3. Аналитическая система предстартового состояния (соревнование №2)
Изменилась ли зона доминирующего психического состояния у спортсмена?

Охарактеризуйте динамику изменений _____

Выводы и рекомендации:

Магистрант _____ подпись

Руководитель от организации _____

отметка

подпись

СТАТЬЯ ПО ТЕМЕ МАГИСТЕРСКОЙ ДИССЕРТАЦИИ

Прилагается ксерокопия текста статьи, титульного листа и оглавления.

Указываются выходные данные публикации

Ключевые слова _____

Аннотация _____

Магистрант _____ *подпись*

Руководитель от организации _____ *отметка* _____ *подпись*

СТЕНДОВЫЙ ДОКЛАД (ПОСТЕР) ПО АКТУАЛЬНЫМ ПРОБЛЕМАМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Стендовый доклад (постер) оформляется в формате слайдов презентации с помощью PowerPoint и представляется на научно-практической конференции, семинаре для тренеров (родителей, спортсменов) на листе ватмана формата A1. Рекомендуемое число слайдов – 12. В документах по практике представляется фото постера или распечатанный вариант всех слайдов на одном листе формата A4.

При оформлении постера рекомендуется использовать рисунки, графики, диаграммы, таблицы, графические схемы. Содержание материала должно иметь практическую значимость.

Рекомендуемые материалы стендового доклада: размер постера: рекомендуемый формат не более A1.

В верхней части располагается название работы, которое печатается прямым шрифтом (кегель не менее 48). Ниже указываются фамилии авторов и научного руководителя, название учреждения, где выполнена работа (рекомендуемый кегль не менее 36). Текст, содержащий основную информацию, печатается прямым шрифтом (кегель 28).

Общее требование к оформлению стендового доклада – ясное и четкое представление ключевых моментов работы. Авторы в качестве демонстрационных материалов могут использовать таблицы, рисунки, фотографии. Доклад не должен быть перегружен второстепенной информацией.

Рекомендуемые разделы постера: материалы стендового доклада должны содержать:

- введение;
- актуальность;
- цель, объект, предмет, гипотеза исследования;
- задачи выполненной работы;
- методы исследования;
- результаты исследования;
- выводы;
- литература.

Рекомендуемое оформление: рисунки и таблицы должны иметь названия. Формат рисунков, таблиц, высота букв, толщина линий на графиках и т.п. должны обеспечивать возможность прочтения материала с расстояния не менее 1- 2 м. Для большей наглядности допускается выделение цветом.

ОТЧЕТ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

По завершению практики проводится анализ проделанной работы, который оформляется в форме индивидуального и группового отчета.

Индивидуальный отчет составляется на основе всех документов по практике, проводится рефлексия полученного опыта. Отмечается также участие в организации и проведении научно-практических конференций, семинаров для тренеров (родителей, спортсменов), олимпиад и (или) физкультурно-спортивных мероприятий. Прилагаются сертификаты (ксерокопии) участника.

Групповой отчет оформляется в форме презентации и докладывается на итоговой конференции по практике.

Количественные и качественные показатели по выполненным заданиям:

количество протестированных человек _____

количество использованных методик _____

какие методики использовались _____

в каких мероприятиях принимал (а) участие _____

тема тренингового занятия _____

тема занятия по обучению психорегуляции _____

тема научной статьи _____

тема стендового доклада (постера) по актуальным проблемам психологической подготовки _____

Магистранты могут при подготовке рефлексивного целостного анализа всех разделов практики, в качестве обратной связи, выразить индивидуальные мнения по вопросам организации и руководства практики, впечатления от взаимодействия с тренерами и спортсменами.

Анализ подготовки практиканта к запланированным видам деятельности:

субъективная оценка эмоционального настроения спортсменов на взаимодействие _____

субъективная оценка эмоционального настроения тренера на осуществление работы практикантов _____

Сколько времени Вы потратили на подготовку к тренинговому занятию? _____

Сколько времени Вы потратили на подготовку к занятию по обучению саморегуляции спортсмена? _____

Трудности при подготовке и проведении работы, предусмотренной программой практики _____

Предложения по организации практики _____

Предложения по совершенствованию содержания практики _____

Предложения по проведению практики _____

Магистрант _____ *подпись*

Руководитель от организации _____ *отметка* _____ *подпись*

ДНЕВНИК С ПОДРОБНЫМ АНАЛИЗОМ ВЫПОЛНЕННОЙ РАБОТЫ

Ведется ежедневно, отражаются: дни недели, время работы (не менее 6 академических часов в день); содержание работы с анализом своей деятельности на практике.

_____ неделя

<i>Дата</i>	<i>Время</i>	<i>Содержание проделанной работы</i>	<i>Рефлексивный анализ</i>

Дневник ведется ежедневно, в нем отражаются: дни недели, время работы (не менее 6 академических часов в день); содержание работы с анализом своей деятельности на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа производственной практики

ПРЕДДИПЛОМНАЯ ПРАКТИКА

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»
Направленность (профиль программы):
«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: очная, заочная

Курс – 2

Семестр – 4

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет

Рабочую программу разработали:
Мельник Е.В., к.психол.н, доцент,
Смолдовская И.О., к.п..н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
1. Результаты обучения по практике	5
2. Место практики в структуре образовательной программы	8
3. Объем практики и виды учебной работы	8
4. Содержание практики	8
5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике	10
6. Перечень основной и дополнительной литературы	14
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	16
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	17

ВВЕДЕНИЕ

Программа по производственной практике (преддипломная) составлена в соответствии с ФГОС ВО – магистратура по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

В программе содержится комплекс вопросов по организации, руководству и прохождению преддипломной практики; излагается программа, порядок распределения заданий, отчетные документы и другие материалы, связанные с прохождением производственной практики (преддипломная).

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

Целью практики является освоение обучающимися системы научно-практических компетенций и реализация их в своей профессиональной деятельности, анализа данных научных исследований и подготовки магистерской диссертации.

Задачи практики

Результаты освоения практики определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Магистр по направлению подготовки: 49.04.03 «Спорт». Направленность (профиль программы): «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта» решает задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

- проводить научные исследования по определению эффективности управления психологической подготовкой в сфере спорта с использованием опробованных методик;

- проводить психодиагностику профессионально-значимых качеств личности и мониторинг психологической подготовленности спортсменов

- осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов собственных исследований;

- использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности и обработки результатов исследования, решения других практических задач.

Вид практики: производственная

Тип практики: преддипломная

Способ организации практики: стационарная

Место проведения практики: кафедра педагогики и психологии ФГБОУ ВО СГУС.

Виды профессиональной деятельности	Типы задач профессиональной деятельности
Профиль подготовки «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта»	
Образование и наука (в сфере научных исследований). Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).	педагогические
	научно-исследовательские
	организационно-методические
	управление психологической подготовкой в сфере спорта

**ИЗУЧЕНИЕ ПРАКТИКИ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ
СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:**

- универсальных: УК-2, УК-4.
- общепрофессиональных: ОПК-8, ОПК-9.
- профессиональных: ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРАКТИКЕ:

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	УК-4
– актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6	ОПК-8
– актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	ПС 05.003 «Тренер», Е/03.6	ОПК-9
– методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– современные методы психологических наблюдений, тестирования	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ПК-7
– технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8
– требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса по виду спорта, спортивной дисциплине	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9

Уметь:		
– формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	УК-4
– самостоятельно анализировать научную литературу	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6	ОПК-8
– отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер», Е/03.6	ОПК-9
– подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– использовать инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирован	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ПК-7
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8
– самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психодиагностики и психологического мониторинга в спортивной деятельности	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9

Иметь опыт:		
– разбора с занимающимися результатов выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	УК-4
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6	ОПК-8
– организации мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной команды	ПС 05.003 «Тренер», Е/03.6	ОПК-9
– составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки; инициирования мероприятий в целях профессионального и личностного развития работников путем их направления на лекции, семинары в соответствии с профессиональной специализацией и уставными целями организации, осуществляющей спортивную подготовку	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ПК-7
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8
– обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для представителей физкультурно-спортивных организаций субъекта Российской Федерации, спортивных федераций по виду спорта	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9

2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Производственная (преддипломная) практика (Б2.О.01.03(Пд)) относится к Блоку 2 «Практики» обязательной части образовательной программы. В соответствии с учебным планом преддипломная практика проходит по очной форме на 2 курсе в четвертом семестре,. Итоговая форма контроля: дифференцированный зачет.

Преддипломная практика как часть основной профессиональной образовательной программы входит в завершающий этап обучения и проводится после освоения обучающимися основных программ теоретического и практического обучения.

3. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

9 зачетных единиц

6 недель

324 часа

Вид учебной работы		Всего часов	семестры 4
Выполнение индивидуальных заданий		324	324
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)		4	4
Общая трудоемкость	часы	324	324
	зачетные единицы	9	9

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

№ п/п	Содержание разделов практики	Виды учебной работы на практике (в часах)	Формы текущего контроля
1.	Реализация планирования и сроков выполнения магистерской диссертации.	24	«Черновой» вариант магистерской диссертации
2.	Ознакомление с требованиями, предъявляемыми к магистерским диссертациям, со стандартами и инструкциями, определяющими правила оформления научных работ.	20	«Черновой» вариант магистерской диссертации

3.	Редактирование основных положений магистерской диссертации: актуальности, цели и задач, гипотезы, объекта и предмета исследования, новизны, теоретической и практической значимости работы.	38	Реферат-аннотация, введение
4.	Систематизация и анализ научной информации по магистерской диссертации в рамках подготовки разделам обзора научной литературы.	34	Первая глава магистерской диссертации
5.	Систематизация использованных методов по сбору и обработке научных данных.	32	Вторая глава магистерской диссертации
6.	Анализ и математическая обработка результатов научного исследования по теме магистерской диссертации.	38	Третья глава магистерской диссертации
7.	Анализ и обобщение, научная интерпретация результатов проведенных исследований.	34	Третья глава магистерской диссертации
8.	Редактирование, обобщение и оформление результатов научного исследования в соответствии с требованиями, предъявляемыми к научной работе.	58	Магистерская диссертация
9.	Подготовка отчетной документации по преддипломной практике.	26	Отчетная документация
10.	Представление результатов исследования в форме научного доклада, умение вести научную дискуссию.	20	Публичная апробация результатов магистерской диссертации на кафедре
Итого		324	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знает: модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям; Умеет: формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; Имеет опыт разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании.
УК-4 Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7 Обеспечение условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей	Знает: методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста. Умеет: пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта
ОПК-8 Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знает: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Умеет: самостоятельно анализировать научную литературу Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта
ОПК-9 Способен проводить научные исследования по разрешению про-	ПС 05.003 «Тренер», Е/03.6 Руководство медико-биологическим и функциональным обеспечением подготовки	Знает: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);

блемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний	спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды	Умеет: отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта; Имеет опыт организации мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной команды
ПК-6 Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	Знает: методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации Умеет: подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; Имеет опыт составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства
ПК-7 Способен изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, российский и зарубежный опыт по тематике исследований, планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/03.7 Управление персоналом, осуществляющим спортивную подготовку	Знает: современные методы психологических наблюдений, тестирования; Умеет: использовать инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; Имеет опыт анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки; инициирования мероприятий в целях профессионального и личностного развития работников путем их направления на лекции, семинары в соответствии с профессиональной специализацией и уставными целями организации, осуществляющей спортивную подготовку

ПК-8 Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знает: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-9 Способен критически оценивать данные и делать выводы, осуществлять математическое моделирование процессов и объектов на базе стандартных пакетов автоматизированного проектирования и исследований	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7 Обеспечение условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей	Знает: требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса по виду спорта, спортивной дисциплине; Умеет: самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психодиагностики и психологического мониторинга в спортивной деятельности Имеет опыт обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для представителей физкультурно-спортивных организаций субъекта Российской Федерации, спортивных федераций по виду спорта

ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ

Основными документами отчетности для обучающихся, являются:

1. Полностью оформленная, в соответствии с предъявляемыми требованиями магистерская диссертация.
2. Доклад с презентацией, предоставляемый на публичную защиту магистерской научной работы.
3. Отзыв научного руководителя.
4. Рецензия на выполненную магистерскую диссертацию.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания

Критерии оценки работы магистров-практикантов

Результаты преддипломной практики оцениваются научным руководителем по следующим показателям, за каждый из которых выставляется дифференцированная оценка:

1. Отношение к практике. При этом учитывается ответственность, добросовестность, исполнительность, рабочая дисциплина, творчество, инициативность магистранта, качество подготовленной магистерской диссертации, выполнение текущих распоряжений научного руководителя.

2. Выполнение всего комплекса программных заданий, отраженных в программе преддипломной практики и качество их выполнения.

3. Степень овладения магистрантами *основами научно-исследовательской деятельности.*

4. Качество составления отчетной документации (профессиональная грамотность, своевременность и самостоятельность в разработке отчетной документации).

Все эти определяющие критерии официально признаются равноценными, т. е. если по любому из них студент оценивается неудовлетворительно, то общая положительная оценка за практику невозможна.

Методические подходы к выставлению итоговой дифференцированной оценки по преддипломной практике соответствуют общепринятым в высшей школе критериям и заключаются в следующем:

– оценка **«отлично»** выставляется магистранту, который на высоком уровне выполнил в полном объеме все задания по программе практики; проявил при этом умения, опираясь на теоретические знания изученных в академии дисциплин; правильно определял и эффективно решал задачи научно-исследовательской работы; проявил самостоятельность, творческий, исследовательский подход и предоставил акты внедрения результатов работы в практику;

– оценка **«хорошо»** ставится магистранту, который выполнил в основном программу преддипломной практики; проявил умения, опираясь на теоретические знания изученных дисциплин в академии; определял основные задачи по организации научно-исследовательской работы и находил способы

их решения; проявил инициативу, но в проведении отдельных видов работ допустил незначительные ошибки;

– оценка **«удовлетворительно»** ставится магистранту, который выполнил в основном программу преддипломной практики; однако, не показал глубоких теоретических знаний; не в полной мере овладел умением их применять; допускал ошибки в планировании и проведении отдельных видов работ;

– оценка **«неудовлетворительно»** выставляется магистранту, который не выполнил основных заданий по преддипломной практике и не представил ВКР для итоговой аттестации по практике.

Магистранты, получившие за преддипломную практику оценку «неудовлетворительно» подлежат отчислению из университета.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПолнительной ЛИТЕРАТУРЫ

Основная:

1. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
2. Грец, И. А. Основы научно - методической деятельности в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие / И.А. Грец, Т.М. Булкова, И.М. Силованова. - Смоленск: Принт-Экспресс, 2010. - 176с.
3. Грец, И. А. Основы научно-методической деятельности в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие / И.А. Грец, Т.М. Булкова, И.М. Силованова; ФГБОУ ВПО СГАФКСТ. - 2-е изд., испр. и доп. - Смоленск, 2013. - 174 с.
4. Кузьменко, А. Г. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г. А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.
5. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
6. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.

7. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

8. Теория и методика физической культуры: учебник для ИФК/ под ред. Ю.Ф. Курамшина. – изд. 2-е, допол., перераб. – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.

9. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

10. Язынина, Н.Л. Основы научных исследований по теории и методике физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. В. Ермаков, Н.Л. Язынина .— Смоленск : СГАФКСТ, 2013 .— 136 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706554>

Дополнительная:

11. Врублевский, Е.П. Технология подготовки письменных работ в физкультурных вузах: учебное пособие / Е.П. Врублевский с соавт. – Смоленск, 2002. – 133 с.

12. Евдокимов, В.И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: науч.-метод. пособие / О.А. Чурганов, В.И. Евдокимов.— 2-е изд., испр. и доп. — М.: Советский спорт, 2010.— 125 с. — ISBN 978-5-9718-0451-2.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/225200>

13. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте / Ю.Д. Железняк. – М.: Академия, 2007. – 265 с.

14. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.

15. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.

16. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2007. – 783 с.

17. Киселев, Ю. Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения / Ю. Я. Киселев. – М. : Советский спорт, 2009. – 276 с.

18. Малкин, В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.

19. Мельник, Е. В. Формирование потребностно-мотивационной сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Е. В. Воскресенская. – Минск: БГУФК, 2016. – 57 [4] с.: ил.

20. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник / В.Г. Никитушкин.— М.: Советский спорт, 2013.— 280 с. — ISBN 978-5-9718-0616-5.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/225204>

21. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском

спорте: учеб. для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общ. ред. А. В. Родионова. – М.: Юрайт, 2020. – 251 с.

22. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.

23. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.

24. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности: монография / Л.Г. Уляева [и др.] ; под общ. ред. Л. Г. Уляевой. – М. : Мархотин П.Ю., 2014. – 236 с.

25. Савенков, Г. И. Психологическая подготовка спортсмена в современной системе спортивной тренировки / Г. И. Савенков. – М. : Физическая культура, 2006. – 96 с.

26. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

27. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

28. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

29. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М. : Советский спорт, 2006. – 163 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>

6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Для обеспечения самостоятельной работы магистрантов разработаны следующие дидактические материалы:

Рабочая программа по преддипломной практике.

Методические пособия по профилю подготовки.

Оборудование для проведения научных исследований в соответствии с заданием по практике и требованиями по соответствующим дисциплинам.

Для проведения предзащиты должно быть предоставлено: специализированная аудитория, оборудованная мультимедийным комплексом (проектор, ноутбук и экран для проектора).

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

	No level		

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.пс.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа учебной практики

ОЗНАКОМИТЕЛЬНАЯ ПРАКТИКА

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1

Семестр – 2

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет (2 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
1. Изучение практики направлено на формирование следующих компетенций	4
2. Место практики в структуре образовательной программы	11
3. Объем практики и виды учебной работы	11
4. Содержание практики	12
5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике	14
6. Перечень основной и дополнительной литературы	25
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	30
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	31
Приложения	33

ВВЕДЕНИЕ

Программа по учебной практике (ознакомительная) составлена в соответствии с ФГОС ВО – магистратура по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлениям подготовки».

В программе содержится комплекс вопросов по организации, руководству и прохождению учебной практики; излагается программа, порядок распределения заданий, отчетные документы и другие материалы, связанные с прохождением учебной практики (ознакомительная).

Цель учебной практики:

- формирование у студентов профессионального мировоззрения в области физической культуры, спорта, спортивной психологии;
- овладение магистрантами основными методами и технологиями управления психологической подготовкой в спорте;
- приобретение навыков исследователя, владеющего современным инструментарием науки для поиска и интерпретации информационного материала с целью его использования в практической деятельности;
- приобретение способностей самостоятельно мыслить, интегрировать, обобщать полученные научные знания и факты, выработки стиля и навыков изложения материалов экспериментальных исследований.

Задачи учебной практики (ознакомительная)

1. Знать основные организационные, учебно-методические и нормативные основы в области физической культуры и спорта.
2. Уметь проводить психолого-педагогический анализ учебно-тренировочного занятия.
3. Изучить особенности работы психологи в спорте и направлениями его деятельности: диагностической, консультационной, просветительской, научно-исследовательской, коррекционно-развивающей.
4. Уметь проводить самоанализ и самооценку профессионально-значимых качеств личности.
5. Уметь подбирать адекватные методы исследования и методики психодиагностики и проводить их на различном контингенте спортсменов.
6. Составлять практические рекомендации по оптимизации психологической подготовки, целенаправленному развитию актуальных психических качеств и умений на основе результатов психодиагностического исследования.
7. Освоить методы, приемы планирования и организации научно-исследовательской работы на различных ее этапах.
8. Формулировать основные положения научных квалификационных работ (на примере своей магистерской диссертации): актуальность, цель,

гипотезу, объект и предмет исследования, новизну, основные положения, выносимые на защиту, теоретическую и практическую значимость работы.

9. Изучить правила обработки и оформления результатов научных исследований.

10. Формулировать выводы и практические рекомендации.

11. Уметь проводить информационное мероприятие (в форме семинара, лекции, диспута, родительского собрания и др.) для тренеров, спортсменов, родителей, студентов.

12. Уметь проводить учет проведенной работы и рефлексию эффективности использования психологических средств и методов.

Вид практики: учебная

Тип практики: ознакомительная

Место проведения практики: кафедра психологии ФГБОУ ВО СГУС, комплексная спортивная школа СГУС (КСШ), кафедры теории и методики легкой атлетики, спортивных единоборств, спортивных игр, футбола и хоккей, велосипедного и конькобежного спорта, водных видов спорта, туризма и спортивного ориентирования, гимнастики, биатлона и стрельбы, лыжных гонок конных видов спорта и современного пятиборья.

Виды профессиональной деятельности	Типы задач профессиональной деятельности
Профиль подготовки «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта»	
Образование и наука (в сфере научных исследований). Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).	педагогические
	научно-исследовательские
	организационно-методические
	управление психологической подготовкой в сфере спорта

1. ИЗУЧЕНИЕ ПРАКТИКИ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

- универсальных: УК-1, УК-4, УК-6.
- общепрофессиональных: ОПК-1, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-9, ОПК-10, ОПК-11.
- профессиональных: ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-14, ПК-18, ПК-19, ПК-20.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРАКТИКЕ:

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– предмет и основные проблемы психологического сопровождения в практике спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6, А/02.5	УК-1
– методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	УК-4
– методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации;	ПС 05.008, «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8	УК-6
– методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся;	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6	ОПК-1
– этические нормы в области спорта;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4, ОПК-5
– современные методы психофизиологического тестирования;	ПС 05.003 «Тренер», Е/03.6	ОПК-9
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-11
– методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– современные методы психологических наблюдений, тестирования	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6	ПК-7
– технологии профессионального спортивного совершенствования в	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8

виде спорта (группе спортивных дисциплин);		
– требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса по виду спорта, спортивной дисциплине;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9
– основы спортивной психологии;	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-14
– методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека;	ПС 05.003 «Тренер», B/02.5	ПК-18
– предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта	ПС 05.003 «Тренер» A/04.5	ПК-19
– ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-20
Уметь:		
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке;	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6, A/02.5	УК-1
– пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6	УК-4
– формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров;	ПС 05.003 «Тренер», H/04.7	УК-6
– систематически анализировать индивидуальные результаты подготовки занимающегося на тренировочном этапе с целью окончательного определения его индивидуальной спортивной специализации;	ПС 05.003 «Тренер», C/02.6	ОПК-1
– использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ОПК-4
– формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров	ПС 05.003 «Тренер» C/03.6	ОПК-5
– отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедре-	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6	ОПК-9

ния при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;		
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– использовать оптимальные критерии и методы оценки эффективности спортивной подготовки	ПС 05.003 «Тренер», E/02.6	ОПК-11
– подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– использовать инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования;	ПС 05.003 «Тренер» B/03.5, D/04.6	ПК-7
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий;	ПС 05.003 «Тренер», C/03.6	ПК-8
– самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психодиагностики и психологического мониторинга в спортивной деятельности	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9
– применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы занимающихся (спортивной команды): беседа, внушение, убеждение, метод заданий и поручений, моделирование соревновательных ситуаций, психотехнические упражнения, идеомоторная тренировка, психорегулирующие средства;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	ПК-14
– давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности;	ПС 05.003 «Тренер», D/01.6	ПК-18
– использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации (в том числе на основе информационно-коммуникационных технологий) для ор-	ПС 05.003 «Тренер» E/02.6	ПК-19

ганизации и проведения теоретического занятия, тематического публично-го выступления		
– проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроения занимающегося	ПС 05.003 «Тренер» С/01.6	ПК-20
Иметь опыт:		
– анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы;	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/04.7	УК-1
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	УК-4
– мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/04.7	УК-6
– выявления наиболее перспективных занимающихся на тренировочном этапе для их дальнейшего спортивного совершенствования;	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6	ОПК-1
– наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	ОПК-4
– проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных нарушениях спортивных правил	ПС 05.003 «Тренер», В/03.5	ОПК-5
– организации мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной команды	ПС 05.003 «Тренер», F/04.6	ОПК-9
– контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– разработки программы консультационной поддержки тренеров в режиме дистанционной работы	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-11

– составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки	ПС 05.003 «Тренер» B/02.5, C/01.6	ПК-7
– инициирования мероприятий в целях профессионального и личностного развития работников путем их направления на лекции, семинары в соответствии с профессиональной специализацией и уставными целями организации, осуществляющей спортивную подготовку	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», E/03.7	ПК-7
– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;	ПС 05.003 «Тренер», E/01.6	ПК-8
– обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для представителей физкультурно-спортивных организаций субъекта Российской Федерации, спортивных федераций по виду спорта	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7	ПК-9
– формирования у спортсменов спортивной команды состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации;	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6	ПК-14
– анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося	ПС 05.003 «Тренер», A/03.5	ПК-18
– проведения публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам психологической подготовки	ПС 05.003 «Тренер» A/04.5	ПК-19
– контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-20

2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Учебная практика (ознакомительная) (Б2.В.01.01(У)) относится к Блоку 2 «Практики» части формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы. В соответствии с учебным планом практика проходит на 1 курсе по очной и заочной форме обучения во втором семестре. Итоговая форма контроля: дифференцированный зачет. Для успешного прохождения практики необходимы входные знания, умения и компетенции магистранта, полученные по следующим дисциплинам: введение в спортивную психологию, психологическое консультирование в спорте, психологическое сопровождение спортивной деятельности, психологический мониторинг и психодиагностика в спорте, психофизиология спортивной деятельности.

3. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

12 зачетных единиц

432 часа

Вид учебной работы		Всего часов	семестры
			2
Выполнение индивидуальных заданий		428	428
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)		4	4
Общая трудоемкость	часы	432	432
	зачетные единицы	12	12

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Всего часов
1.	Организационные, учебно-методические и нормативные основы	Участие во вводной конференции по учебной практике.	6
		Составление индивидуального плана работы на период практики.	10
		Ознакомление с основными направлениями научно-исследовательских работ по проблемам психологической подготовки	12
		Подготовка и защита индивидуального (группового) отчета по результатам прохождения практики.	6
2.	Психолого-педагогический анализ учебно-тренировочного занятия	Педагогический анализ учебно-тренировочного занятия.	14
		Психологический анализ особенностей вида спорта.	14
		Психологическое наблюдение учебно-тренировочного процесса.	14
		Рекомендации по совершенствованию учебно-тренировочного процесса.	14
3.	Особенности управления психологической подготовкой в спорте	Ознакомление с направлениями деятельности специалиста по управлению психологической подготовкой в спорте: диагностической, консультационной, просветительской, научно-исследовательской, коррекционно-развивающей.	18
		Специфика управления психологической подготовкой в различных видах спорта и с различным контингентом спортсменов.	20
		Основные психологические сообщества в Российской Федерации и за рубежом, тенденции развития.	6
		Этические принципы в процессе управления психологической подготовкой спортсменов	6

		Профессионально-значимые качества специалиста, Самоанализ и самооценка диагностируемых показателей личности практикантов.	6
4.	Диагностическая и научно-исследовательская деятельность	Диагностика и анализ уровня развития психических процессов и свойств личности.	50
		Диагностика и анализ взаимоотношений спортсмена в группе и команде.	50
		Диагностика и анализ психических состояний спортсмена	50
		Практические рекомендации по развитию психических качеств и умений спортсмена.	30
		Технология проведения научно-исследовательской работы по проблемам психологической подготовки.	20
		Подготовка реферата по тематике магистерской диссертации.	14
5.	Просветительская и психолого-педагогическая деятельность	Участие в мероприятиях плана учебно-методической, научной, воспитательной и спортивной работы кафедры.	32
		Подготовка информационного сообщения по одному из направлений спортивной психологии.	16
		Проведение информационного сообщения в форме семинара, лекции, диспута, родительского собрания и т.п.	20
Дифференцированный зачет			4
ИТОГО:			432

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	ПС 05.003 «Тренер» Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Е/04.7 Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки	Знает: предмет и основные проблемы психологического сопровождения в практике спорта; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке; Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы.
УК-4. Способность применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Г/07.7 Обеспечение условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей	Знать: методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста. Уметь: пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Иметь опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта
УК-6. Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности Н/04.7 Координация и контроль работы тренеров, специалистов, задействованных в подго-	Знает: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Умеет: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Имеет опыт мониторинга уровня спортивной мотивации, со-

самооценки.	товке спортсменов спортивной сборной команды	стояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной сборной команды
ОПК-1. Способность планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта.	ПС 05.003 «Тренер», С/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	Знать: методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся; Уметь: систематически анализировать индивидуальные результаты подготовки занимающегося на тренировочном этапе с целью окончательного определения его индивидуальной спортивной специализации; Иметь опыт выявления наиболее перспективных занимающихся на тренировочном этапе для их дальнейшего спортивного совершенствования.
ОПК-4. Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: этические нормы в области спорта; Уметь: использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях; Иметь опыт наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;
ОПК-5. Способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знать: этические нормы в области спорта; Уметь: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Иметь опыт проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных нарушениях спортивных правил
ОПК-9. Способность про-	ПС 05.003 «Тренер»,	Знать: актуальные направления научных исследований в об-

водить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.	Е/03.6 Руководство медико-биологическим и функциональным обеспечением подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды	ласти спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); Уметь: отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта; Иметь опыт организации мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной команды
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды.
ОПК-11 – Способность осуществлять методическое сопровождение спорта высших достижений.	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	Знать: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Уметь: использовать оптимальные критерии и методы оценки эффективности спортивной подготовки Иметь опыт разработки программы консультационной поддержки тренеров в режиме дистанционной работы
ПК-6. Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6 Составление плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного	Знает: методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации; Умеет: подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;

избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения.	мастерства	Имеет опыт составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;
ПК-7. Способен изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, российский и зарубежный опыт по тематике исследований, планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Е/03.7 Управление персоналом, осуществляющим спортивную подготовку	Знать: современные методы психологических наблюдений, тестирования. Уметь использовать инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования. Иметь опыт анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки; инициирования мероприятий в целях профессионального и личностного развития работников путем их направления на лекции, семинары в соответствии с профессиональной специализацией и уставными целями организации, осуществляющей спортивную подготовку
ПК-8. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знать: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); Уметь: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; Иметь опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-9. Способен критически оценивать данные и	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей	Знать: требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса

делать выводы, осуществлять математическое моделирование процессов и объектов на базе стандартных пакетов автоматизированного проектирования и исследований	деятельность в области физической культуры и спорта», G/07.7 Обеспечение условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей	по виду спорта, спортивной дисциплине; Уметь: самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психодиагностики и психологического мониторинга в спортивной деятельности Иметь опыт обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для представителей физкультурно-спортивных организаций субъекта Российской Федерации, спортивных федераций по виду спорта
ПК-14. Способен разрабатывать и обеспечивать реализацию мероприятий по психолого-педагогическому и методическому сопровождению тренировочного и соревновательного процесса в спортивных организациях.	ПС 05.003 «Тренер», F/01.6 Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды C/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: основы спортивной психологии; Уметь: применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы занимающихся (спортивной команды): беседа, внушение, убеждение, метод заданий и поручений, моделирование соревновательных ситуаций, психотехнические упражнения, идеомоторная тренировка, психорегулирующие средства; Иметь опыт формирования у спортсменов спортивной команды состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации;
ПК-18. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные методики психофизиологической и психологической диагностики субъектов спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», B/02.5 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки	Знать: методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека; Уметь: давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности; Иметь опыт анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося
ПК-19. Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной дея-	ПС 05.003 «Тренер» A/04.5 Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации	Знать: предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта; Уметь: использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства пред-

тельности.	общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	ставления информации (в том числе на основе информац.-коммуникационных технологий) для организации и проведения теоретического занятия, тематического публичного выступления; Иметь опыт проведение индивидуальных или групповых консультаций, лекций и семинаров для тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций.
ПК-20. Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки.	ПС 05.003 «Тренер» Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды С/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	Знает: ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды; Умеет: проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроя занимающегося; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.

ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ

1. Индивидуальный план работы на период практики (приложение 1).
2. Дневник с подробным анализом выполненной работы (приложение 2).
3. Психолого-педагогический анализ избранного вида спорта (приложение 3).
4. Отчет о наблюдении за взаимодействием в системе «тренер-спортсмен» («спортсмен-родитель», «тренер-родитель», «психолог-спортсмен», «психолог-тренер») (приложение 4).
5. Эссе «Особенности управления психологической подготовкой в спорте» (приложение 5).
6. Опросные методы в спортивной психологии (беседа и анкетирование) (приложение 6).
7. Программа психодиагностики спортсменов (приложение 7).
8. Отчет об участии в проведении тестирования спортсменов и практические рекомендации по развитию психических качеств и умений спортсмена (приложение 8).
9. Аннотации на статьи в научных журналах (5) и сборниках научно-практических конференций (5) по теме магистерской диссертации (приложение 9).
10. Реферат по тематике магистерской диссертации (приложение 10).
11. Информационное сообщение (не менее 3-х) по актуальным проблемам психологической подготовки (приложение 11).
12. Отчет по результатам прохождения практики (приложение 12).

Контроль успеваемости осуществляется в форме выполнения практических заданий, отчетной документации, индивидуального и группового отчета, участия в итоговой конференции по практике.

По результатам прохождения практики выставляется итоговая отметка, которая базируется на следующих компонентах:

- объем фактически выполненной работы по основным направлениям и разделам деятельности (количество проведенных психодиагностических методик, количество обследованных человек);
- своевременность и качество ведения дневника практики, выполнения заданий, составления отчетной документации;
- эффективность проведения воспитательной работы с занимающимися;
- степень овладения профессионально-педагогическими умениями и навыками, уровень практической подготовленности;
- готовность к самостоятельной деятельности в рамках психологического тестирования спортсменов и команд;
- трудовая и исполнительская дисциплина;
- содержание дневника практики и отчета практиканта;

– подготовка практиканта к защите практики и дифференцированному зачету.

Отметка по практике выводится с учетом выполнения всех ее разделов, как среднее арифметическое из полученных отметок. Итоговая отметка по практике определяется с учетом: содержания отзыва непосредственного руководителя практики о деятельности практиканта; содержания отчетной документации (качество, самостоятельность выполнения и достоверность записей, своевременность выполнения заданий); степени профессиональной компетентности практиканта; трудовой и исполнительской дисциплины практиканта. Магистрант, не представивший в установленный срок дневник практики и отчетную документацию без уважительной причины, не аттестовывается.

Уровень освоения		
«Зачтено» или «удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
Планирование индивидуальных заданий с на весь период практики частично отражает логику построения научного исследования. В программе ключевые элементы исследования в целом связаны между собой. Подбор методик исследования требует коррекции. При планировании индивидуальных заданий последовательность освоения методов, приемов планирования и организации НИР на различных ее этапах частично нарушена, требовалась помощь руководителя практик, преподавателя отвечающего за работу магистранта. В анализе выполнения программы учебной практик есть замечания по последовательности выполнения индивидуальных за-	Планирование индивидуальных заданий на весь период практики в целом отражает логику построения научного исследования. В программе ключевые элементы исследования связаны между собой. Подбор методик исследования требует расширения, а не содержательного изменения. При планировании индивидуальных заданий соблюдена логичность решения поставленных задач, помощь руководителя практик, преподавателя отвечающего за работу магистранта в той требовалась лишь в стилистическом плане. В анализе выполнения программы учебной практики замечания связаны с улучшением содержания заданий, а не с их последователь-	Планирование индивидуальных заданий на весь период практики отражает логику построения научного исследования. В программе ключевые элементы исследования связаны между собой. При планировании индивидуальных заданий соблюдена логичность решения поставленных задач, помощь руководителей практики требовалась лишь в стилистическом плане. В анализе выполнения программы учебной практики замечания с улучшением содержания заданий, а не с их последовательностью.

даний.	ностью.	
Имеются существенные отступления от требований к реферированию: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод. Допущены значительные ошибки по оформлению литературных источников и отсутствует анализ большинства литературных источников. В библиографическом списке указаны литературные источники старых изданий. Несоответствие в формулировании и логическом обосновании основных положений научных исследований во вводной части работы.	Основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы. Выполнены требования по оформлению литературных источников, с допущением незначительных ошибок. Сформулированы и логически обоснованы основные положения исследования, характеризующие актуальность, цель, гипотезу, объект и предмет, новизну, положения, выносимые на защиту, теоретическую и практическую значимость исследования, требующие корректировки от научного руководителя с целью четкости их изложения.	Выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы. Выполнены все требования по оформлению литературных источников и дан полный анализ каждого из них. Чётко сформулированы и логически обоснованы основные положения исследования, сжато, аргументировано и чётко изложены основные положения, характеризующие актуальность, цель, гипотезу, объект и предмет, новизну, положения, выносимые на защиту, теоретическую и практическую значимость исследования.

Оформляет содержание потенциальной статьи (тезисов) или составляет и представляет научный доклад по результатам исследования на научно-практической или научно-методической конференции кафедры. Подготовка и защита отчета по результатам прохождения практики	Оформляет содержание потенциальной статьи (тезисов) или составляет и представляет научный доклад по результатам исследования на научно-практической или научно-методической студенческой конференции (СНК). Подготовка и защита отчета по результатам прохождения практики. Предоставление всех отчетных документов	Статья (тезисы) приняты в печать или опубликованы в научных изданиях и (или) представлен научный доклад по результатам исследования на научно-практической или научно-методической студенческой конференции. Подготовка и защита отчета по результатам прохождения практики. Защита и предоставление отчета по итогам выполнения программы учебной практики. Предоставление всех отчетных документов.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания

Оценка результатов работы магистранта в период практики выставляется курсовым руководителем по согласованию с руководителями базы практики в виде дифференцированного зачета, который приравнивается к зачетам по теоретическому обучению и учитывается при подведении итогов общей успеваемости магистрантов.

По результатам ознакомительной практики магистрант получает дифференцированную оценку, которая складывается из следующих показателей:

- оценка психологической готовности магистранта к работе в современных условиях (оцениваются мотивы, движущие исследователем в работе, его понимание целей и задач, стоящих перед современным специалистом);
- оценка технологической готовности магистранта к работе в современных условиях (оценивается общая дидактическая, методическая, техническая подготовка по проведению научных исследований);
- оценка умений планировать свою деятельность (учитывается умение прогнозировать результаты своей деятельности, оценивать реальные возможности и свои резервы, которые можно привести в действие для реализации намеченного);
- оценка исследовательской деятельности магистранта (выполнение экспериментальных и исследовательских программ, степень самостоятельности, качество обработки полученных данных, их интерпретация, достижение цели);
- оценка работы магистранта над повышением своего профессионального уровня (оценивается поиск эффективных методик и технологий исследования);

- оценка личностных качеств магистранта (культура общения, уровень интеллектуального, нравственного развития и др.);

- оценка отношения к практике, к выполнению заданий руководителя.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная:

1. Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс] / Г.Д. Бабушкин. - Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный//-

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897>

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.

3. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439>

4. Мельник, Е.В. Психология спортивно-педагогической деятельности: учеб. пособие / Е.В.Мельник, В.Г.Сивицкий, Н.И.Боровская. – Минск: РИПО, 2022. – 279 с.

5. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

6. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия / сост. и общ. ред. И. П. Волкова, Н. С. Цикуновой. – М.: Советский спорт, 2005. – 286 с.

7. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 384 с.

8. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>.

9. Яковлев, Б.П. Психология физической культуры [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин. — Москва : Спорт, 2016. — 624 с. — Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

10. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. — 257 с.

Дополнительная:

11. Алексеев, А. В. Психогигиена / А. В. Алексеев. — Ростов н/Д: Феникс, 2004. — 192 с.

12. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск: Издательство СибГУФК, 2012. — 328 с. — Текст: электронный// — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>

13. Багадирова, С. К. Становление и развитие целеполагания в процессе профессионализации личности (на примере спортивной деятельности): монография / С.К. Багадирова. — Майкоп : Магарин О. Г., 2018. — 332 с.

14. Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс]/ С.К. Багадирова. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. — 198 с. — Текст: электронный// — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>

15. Буянов, В. Э. Размышления о стрельбе: со смехом и всерьез / В. Э. Буянов, Д. Ю. Минкин, В. К. Сафонов. — СПб.: Владос Северо-Запад, 2011. — 224 с.

16. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. — СПб.: Питер, 2009. — 336 с.

17. Воскресенская, Е. В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова. — Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2015. — 53 с.

18. Воскресенская, Е. В. Формирование эмоционально-волевой сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Воскресенская, Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий. — Минск: БГУФК, 2016. — 95 [4] с.: ил.

19. Вяткин, Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б. А. Вяткин. — М.: Физкультура и спорт, 1981. — 67 с.

20. Гогун, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Е. Н. Гогун, Б. И. Мартыанов. – М.: Академия, 2003. – 288 с.
21. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539176> (дата обращения: 08.06.2024).
22. Горская, Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учеб. пособие / Г. Б. Горская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 220 с.
23. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учеб. пособие для студентов /Л.П. Грибкова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 72 с.
24. Гринберг, Дж. С. Управление стрессом / Дж. С. Гринберг. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
25. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
26. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.
27. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
28. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2007. – 783 с.
29. Киселев, Ю. Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения / Ю. Я. Киселев. – М. : Советский спорт, 2009. – 276 с.
30. Китаева, М. В. Психология победы в спорте: учеб. пособие / М. В. Китаева. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 208 с.
31. Коломейцев, Ю. А. Социальная психология спорта: учеб.-метод. пособие / Ю. А. Коломейцев. – Минск: БГПУ, 2005. – 292 с.
32. Кузьменко, А. Г. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учеб. пособие / Г. А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.
33. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности. Теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 530 с.
34. Кулакова, Э. А. Приемы психорегуляции в спорте: метод. разраб. для студентов и слушателей Высш. школы тренеров / Э. А. Кулакова. – М.: ГЦОЛИФК, 1991. – 23 с.
35. Малкин, В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.
36. Маришук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Маришук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001. – 260 с.

37. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
38. Медведев, В. В. Психологические основы обучения двигательным действиям в спорте : лекция для студентов ГЦОЛИФКа. – М. : ГЦОЛИФК, 1985. – 25 с.
39. Медведев, В. В. Психологические особенности личности спортсмена : лекция для студентов и слушателей ФПК и Высш. шк. тренеров / В. В. Медведев. – М., 1993. – 49 с.
40. Мельник, Е. В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е. В. Мельник, Е. В. Силич, Н. В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – 86 с.
41. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская; под ред. В. Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
42. Мельник, Е. В. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена (теория и практика): метод. рекомендации / Е. В. Мельник, Н. В. Кухтова, А. Ю. Гириная. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2017. – 56 с.
43. Мельник, Е. В. Формирование потребностно-мотивационной сферы личности спортсменов: метод. рекомендации / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Е. В. Воскресенская. – Минск: БГУФК, 2016. – 57 [4] с.: ил.
44. Мельник, Е. В. Психология личности и деятельности тренера: учеб.-метод. пособие / Е. В. Мельник, Ж. К. Шемет, Е. В. Силич; под ред. Е. В. Мельник. – Минск: БГУФК, 2014. – 238 с.
45. Найдиффер, Р. М. Психология соревнующегося спортсмена / Р. М. Найдиффер ; пер. А. Н. Романина. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 244 с.
46. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте: учеб. для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общ. ред. А. В. Родионова. – М.: Юрайт, 2020. – 251 с.
47. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.
48. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
49. Психология детско-юношеского спорта: учебник для студентов высш. учеб. заведений / А. В. Родионов [и др.]; под ред. А. В. Родионова. – М.: Физическая культура и спорт, 2013. – 277 с.
50. Психология и педагогика спортивной деятельности («Спортивный психолог») 2003-2024 [Электронный ресурс] // <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>
51. Психология соревновательной деятельности спортсмена: моногр. / под ред. Г. Д. Бабушкина, В. Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2010. – 264 с.
52. Психология физического воспитания и спорта / под ред. А. В. Родионова, В. А. Родионова. – М.: Академия, 2016. – 320 с.

53. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для ин-тов физ. культ. / под ред. Т. Т. Дзамгарова, А. Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 156 с.

54. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности: монография / Л.Г. Уляева [и др.] ; под общ. ред. Л. Г. Уляевой. – М. : Мархотин П.Ю., 2014. – 236 с.

55. Пуни, А. Ц. Очерки психологии спорта / А. Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1959. – 307 с.

56. Родионов, А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала : Юпитер, 2002. – 160 с.

57. Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта : учеб. для вузов / А. В. Родионов. – М. : Академический проект : Фонд «Мир», 2004. – 576 с.

58. Савенков, Г. И. Психологическая подготовка спортсмена в современной системе спортивной тренировки / Г. И. Савенков. – М. : Физическая культура, 2006. – 96 с.

59. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>

60. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539186>.

61. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

62. Смолдовская, И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей / И.О.Смолдовская. – М.: Спорт, 2022. – 212 с.

63. Смоленцева, В.Н. Психология взаимодействия в спорте [Электронный ресурс] / В.Н. Смоленцева, Ю.А. Мироненко, В.А. Блинов, Н.А. Шакина ; под ред. В.Н. Смоленцевой ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 123 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459433>

64. Смоленцева, В.Н. Психология управления в спорте [Электронный ресурс]/ В.Н. Смоленцева, Т.В. Головина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2011. – 188 с. – Текст: электронный// -URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277193/>

65. Сопов, В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: метод. пособие / В. Ф. Сопов. – М., 2010. – 115 с.
66. Стамбулова, Н. Б. Психология спортивной карьеры : учеб. пособие / Н. Б. Стамбулова. – СПб. : Центр карьеры, 1999. – 368 с.
67. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.
68. Тиунова, О. В. Мотивация достижений в спортивной деятельности: метод. рекомендации / О. В. Тиунова. – М.: ТрансЛит, 2007 – 32 с.
69. Тихвинская, Е. О. Психология переживания в спорте: учеб. пособие / Е. О. Тихвинская. – СПб., 2007. – 48 с.
70. Этика для Европейских психологов / Дж. Линдсей [и др.]; науч. ред. и конс. русского изд. И.Симоненкова. – ООО «Simir», 2019. – 296 с.
71. Юров, И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. – М. : Советский спорт, 2006. – 163 с.
72. Яковлев, Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учеб. пособие / Б. П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2014. – 312 с.
73. Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учеб. пособие / Б.П. Яковлев. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная маг-

		нитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер

7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Индивидуальный план работы на период практики

№ п/п	Содержание работы	Недели								Отметка о выполнении
		1	2	3	4	5	6	7	8	
1	Изучение документов планирования и учета на базе практики	X	X							
2	Психологический анализ учебно-тренировочного процесса (наблюдение)	X	X	X	X	X	X			
3	Педагогический анализ учебно-тренировочного занятия		X	X						
4	Подготовка и проведение информационного сообщения по спортивной психологии	X	X	X						
5			X	X		X				
6				X	X					
7					X	X	X			
8					X		X			
9				X	X					
10						X	X			
11							X			
12										
13					X	X	X			
14			X	X	X	X	X	X		
15	Ведение дневника практики	X	X	X	X	X	X	X	X	
16	Оформление отчета по практике								X	
17	Защита практики								X	

Дневник с подробным анализом выполненной работы

(Ф.И.О.)

<i>Дата</i>	<i>Время</i>	<i>Содержание проделанной работы</i>	<i>Рефлексивный анализ</i>

Магистрант

подпись

**ведется ежедневно, в нем отражаются: дни недели, время работы (не менее 6 академических часов в день); содержание работы с анализом своей деятельности на практике.*

Психолого-педагогический анализ избранного вида спорта

Психоспортограмма _____ (вид спорта)

План

1. Краткая характеристика объективных условий деятельности (правила спортивных соревнований; особенности учебно-тренировочного процесса, физических и психических нагрузок; календарь спортивных соревнований и т. п.).

2. Требования к психическим и психомоторным процессам спортсмена (двигательные качества; ощущения, специализированные восприятия, память, мышление, внимание; характерные тренировочные и соревновательные препятствия и трудности и т. п.).

3. Типичные психические состояния спортсменов.

4. Требования к психическим свойствам (свойства нервной системы и темперамента; специальные способности; характер и др.).

5. Требования к межличностным отношениям в спортивной команде, между тренером и спортсменом, а также спортсменов между собой.

Психолого-педагогическая характеристика тренировочного процесса

План

1. Состав группы (ФИО, дата рождения, стаж занятий, спортивная квалификация, результаты прошлого сезона).

2. Расписание тренировок на недельный цикл.

3. Календарь соревнований на текущий сезон.

4. Расписание учебно-тренировочных сборов и спортивных соревнований в течение сезона.

5. Анализ учебно-тренировочного процесса по итогам наблюдения (карты наблюдения):

- краткое описание типичного занятия;
- психологические особенности тренировки;
- возможные задачи психологической подготовки;
- анализ заполненных карт наблюдения;
- возможные психологические особенности (для беседы с тренером);
- предложения для оптимизации психологического климата, общения, отдельных частей тренировочного занятия и т.д.

Магистрант

подпись

Отчет о наблюдении за взаимодействием в системе «тренер-спортсмен» («спортсмен-родитель», «тренер-родитель», «психолог-спортсмен», «психолог-тренер»)

Ценность метода наблюдения заключается в том, что в процессе исследования не нарушается обычный ход деятельности спортсмена. Для получения объективных результатов необходимо соблюдать ряд условий:

- определить какие закономерности наблюдения нас интересуют;*
- составить программу наблюдения;*
- правильно фиксировать результаты исследования;*
- определить место самого наблюдающего и его роль в среде изучаемых лиц.*

Наблюдение может проводиться не только исследователем-психологом, но другим лицом, которому необходимо получить соответствующую информацию для использования данных ее анализа. Чтобы избежать предвзятой субъективной оценки результатов наблюдения, оно должно вестись строго объективно, с регистрацией всех фактов, полученных при наблюдении и при достаточной научной интерпретации результатов наблюдения.

Наблюдением называется целенаправленное, организованное и определенным образом фиксируемое восприятие исследуемого объекта. Результаты фиксации данных называются описанием поведения объекта.

Процедура исследования методом наблюдения состоит из следующих этапов:

- 1. определение задач и цели (для чего, с какой целью?);*
- 2. определение предмета наблюдения (поведение), объекта (отдельные индивиды или группа), ситуации (что наблюдать?);*
- 3. выбор способа регистрации данных (как наблюдать и вести записи?);*
- 4. составление плана наблюдения (ситуация — объект — время);*
- 5. обработка и интерпретация полученной информации (каков результат?).*

В процессе практики магистранты посещают спортивные соревнования (1-2) и тренировки (10-15) по любому виду спорта. Изучив предложенные карты наблюдения и выбрав объект, предмет наблюдения и др. магистранты в свободной форме излагают выявленные особенности и составляют рекомендации по совершенствованию учебно-тренировочного процесса.

Эссе «Особенности управления психологической подготовкой в спорте»

В эссе необходимо отразить:

- направления деятельности специалиста по управлению психологической подготовкой в спорте: диагностическое, консультационное, просветительское, научно-исследовательское, коррекционно-развивающее.
- специфику управления психологической подготовкой в различных видах спорта и с различным контингентом спортсменов.
- основные психологические сообщества в Российской Федерации и за рубежом, тенденции развития.
- этические принципы в процессе управления психологической подготовкой спортсменов
- профессионально-значимые качества специалиста, результаты самоанализа и самооценки диагностируемых показателей личности практикантов.

Также магистранты, имеющие опыт работы с психологом в спорте могут отразить его в своем эссе.

Опросные методы в спортивной психологии (беседа и анкетирование)

Магистрантам в процессе практики предоставляется возможность побеседовать со спортсменом (тренером, родителями, психологом и др.) по актуальным проблемам психологической подготовки и провести анкетирование (по предложенным анкетам и разработанным самими магистрантами).

Беседа строится в форме диалога между двумя людьми, в ходе которой выявляются отношения спортсменов, тренера, их чувства и намерения, оценки и позиции. Психолого-педагогическая беседа позволяет проникнуть во внутренний мир субъектов учебно-тренировочного процесса, выявить причины тех или иных поступков. Беседа должна иметь внутреннюю структурную логику и ориентировочный тематический план. Содержание бесед можно протоколировать полностью или выборочно в зависимости целей. Желательно, чтобы беседа проводилась с учётом предварительных сведений об испытуемых, данных о виде спорта.

Примерный план:

Дата, место.

Беседа с _____

Цель беседы: _____

Примерный перечень основных вопросов	Направленность вопросов
1...	
7.	
Примерный перечень дополнительных вопросов	Направленность вопросов

Анализ проведенной беседы. _____

Магистранты также проводят опрос, используя анкету «Психологическая подготовка в системе «тренер-спортсмен-психолог» и опросник «Отношение к психологической подготовке спортсменов». В опросе принимают участие 10 человек, включая и самого магистранта. По результатам опроса делается общий вывод.

Анкета «*Психологическая подготовка в системе «тренер-спортсмен-психолог»*» позволяет оценить участие психолога в подготовке спортсменов, актуальные проблемы спортсменов и др. Обработка анкеты может проводиться в % соотношении.

Опросник «*Отношение к психологической подготовке спортсмена*» предназначен для изучения характера отношения к психологической подготовке, готовности сотрудничать с психологом.

Обработка и интерпретация результатов: подсчитывается общая сумма баллов при ответе на позитивные и негативные утверждения.

Процедура подсчета результатов:

$$\sum 1 = 1+2+4+6+8+10+12+14+16+18+19+20$$

$$\sum 2 = 3+5+7+9+11+13+15+17$$

$$\text{Отношение к психологической подготовке} = \sum 1 - \sum 2$$

Выраженность отношения к психологической подготовке определяется по следующей градации: сверхпозитивное – 36 и больше баллов; позитивное – 20-35 баллов; негативное – менее 20 баллов.

Высокая степень выраженности отношения к психологической подготовке может свидетельствовать о гипертрофированной потребности в помощи со стороны специалиста, наличии серьезных затруднений, а также тенденции к созависимым отношениям.

Позитивное отношение к психологической подготовке показывает хорошую готовность спортсмена или тренера для взаимодействия с психологом, а также их осведомленность о возможностях психолога и, при необходимости, способность самостоятельно решать возникающие в спортивной деятельности проблемы.

Негативное отношение к психологической подготовке показывает скептическую позицию как к специалистам, так и процессу, что говорит о несформированной готовности к взаимодействию.

АНКЕТА

«Психологическая подготовка в системе «тренер-спортсмен-психолог»

Вид спорта _____ Пол _____
Стаж работы _____ Категория _____

Сотрудничество с психологом:

Привлекался ли психолог для организации психологической подготовки

- ☐ Да (в тренировочном процессе)
- ☐ Да (в процессе подготовки к соревнованиям)
- ☐ Нет

При подготовке спортсменов кто должен осуществлять психологическую подготовку?

- ☐ спортивный психолог
- ☐ психолог
- ☐ спортсмен
- ☐ тренер
- ☐ врач
- ☐ родители
- ☐ астролог
- ☐ _____

На каком этапе подготовки спортсменов должна начинаться психологическая подготовка?

- ☐ на этапе начального отбора
- ☐ на этапе спортивной специализации
- ☐ на этапе высшего спортивного мастерства
- ☐ при подготовке к соревнованиям
- ☐ на этапе завершения занятий спортом

С какими проблемами спортсмены обращались к психологу?

- ☐ страх перед выступлением (выполнением упражнения)
- ☐ «заскок»
- ☐ психическая неустойчивость
- ☐ взаимоотношения в команде (с товарищами, тренером)
- ☐ отсутствие роста спортивных результатов
- ☐ потеря интереса к занятиям избранным видом спорта
- ☐ проблемы личного характера

Считаете ли Вы целесообразным проведение тематических семинаров по психологической подготовке?

- ☐ Да
- ☐ Нет

Информация из какой области спортивной психологии Вам наиболее интересна?

- ☐ психология личности
 - ☐ методы психорегуляции
 - ☐ психология группы
 - ☐ методы психодиагностики
 - ☐ возрастная психология
 - ☐ психология обучения и воспитания
-

Отношение к психологической подготовке спортсменов

Инструкция: Оцените перечисленные ниже утверждения по пятибалльной шкале: 1 – полностью не согласен, 2 – не согласен, 3 – частично согласен, 4 – согласен, 5 – согласен полностью. Отметьте выбранный вариант, поставив против каждого утверждения любой знак в соответствующей графе бланка.

Текст опросника:

№	Перечень утверждений	Оценка				
1	Спортсмен может доверять психологу свои тайны.	1	2	3	4	5
2	Знания по психологии позволяют избежать многих ошибок при обучении и воспитании спортсменов.	1	2	3	4	5
3	Спортсмен, обращаясь за помощью к психологу, признает свою слабость.	1	2	3	4	5
4	Спортсмен нуждается в человеке, который мог бы его понять и помочь.	1	2	3	4	5
5	Спортсмен не может быть до конца откровенным даже со специалистом-психологом.	1	2	3	4	5
6	Работа с психологом помогает спортсмену выработать индивидуальный стиль деятельности.	1	2	3	4	5
7	Спортсмену надежнее доверить свои переживания близкому человеку, чем даже самому хорошему специалисту – психологу.	1	2	3	4	5
8	Психолог обучает спортсмена приемам психорегуляции.	1	2	3	4	5
9	Психолог не может лучше самого спортсмена разобраться в его проблемах.	1	2	3	4	5
10	Спортсмен нуждается в управлении предсоревновательными и соревновательными состояниями.	1	2	3	4	5
11	Спортсмен, обращаясь за помощью к психологу, тратит время попусту.	1	2	3	4	5
12	Обратиться к специалисту по поводу психологических проблем так же естественно, как обратиться к врачу по поводу своего здоровья.	1	2	3	4	5
13	Спортсмен, обращаясь за помощью к психологу, не хочет отвечать за свои поступки.	1	2	3	4	5
14	Возможность обратиться за помощью к психологам – большое достижение современного общества.	1	2	3	4	5
15	Тренер может заменить психолога.	1	2	3	4	5
16	Психолог помогает созданию благоприятного климата в спортивной команде.	1	2	3	4	5
17	Поскольку раньше спортсмены обходились без помощи психологов, то и нам достаточно своих знаний и опыта.	1	2	3	4	5
18	Ни тренер, ни друзья, ни родственники не могут заменить специалиста – психолога.	1	2	3	4	5
19	Спортсмену полезно обращаться к специалисту – психологу по поводу любых проблем.	1	2	3	4	5
20	Спортсмену необходимо взаимодействовать с психологом.	1	2	3	4	5

Программа психодиагностики спортсменов.

Программа психологического тестирования составляется с учетом особенностей контингента и основного запроса тренера, тематики магистерской диссертации, плана НИР кафедры.

Цель: _____

№	Название методики	Показатели (шкалы)	Время тестирования	Метод. указания
1				
2				
...				
	Итого			

Магистрант

подпись

**Отчет об участии в проведении тестирования спортсменов
и практические рекомендации по развитию психических качеств
и умений спортсмена.**

Тестирование спортсменов (10-20 человек) проводится, исходя из тематики магистерских диссертационных работ, а также в соответствии с планом НИР кафедры или исходя из запроса тренера спортивной базы. Результаты тестирования обрабатываются, составляется сводный протокол. В отчете отражаются: контингент спортсменов, количество и название методик. Дается краткая характеристика на спортсменов и группу.

Сводный протокол результатов диагностики

Код испытуемого	Методика			Методика			
	Показатель 1	Показатель 2	Показатель 3	Показатель 1	Показатель 2	Показатель 3	Показатель 4
ИВ_1							
Среднее значение							

**Психологическая характеристика спортсмена (группы) по результатам
диагностики и программа коррекционно-развивающей работы**

План

1. Общие сведения (*код испытуемого, возраст, класс, вид спорта*).
2. Текущий уровень психологической подготовленности (*количественная и качественная оценка показателей, спортивная успешность*).
3. Уровень развития личности спортсмена (*особенности психических и психомоторных процессов, свойства нервной системы и темперамента, типичные предстартовые состояния, особенности волевой, потребностно-мотивационной и эмоциональной сфер и др.*).
4. Особенности взаимодействия в системе «тренер-спортсмен» и др.
5. Выводы (*сильные и слабые стороны проявления изученных качеств в спортивной деятельности; возможные причины (внутренние и внешние) имеющих слабых сторон личности, возможности их компенсации*).
6. Программа коррекционно-развивающей работы (*цель, задачи, упражнения, задания, форма выполнения: частота, интенсивность, кол-во повторений и т.д. и др.*).

Магистрант

подпись

**Аннотации на статьи в научных журналах и сборниках по теме
магистерской диссертации**

Магистранты выбирают для анализа статьи из предложенных научных журналов (5 статей) и сборниках научно-практических конференций (5 статей) по актуальным проблемам спортивной психологии и тематике магистерской диссертации. Выбор осуществляется в соответствии с интересами магистрантов и обосновывается.

Примерный план:

Название статьи, автор (ы), журнал (сборник), год издания, №, страницы.

Краткое содержание статьи.

Соответствие названия содержанию.

Новые термины, понятия и их пояснения.

Актуальность темы статьи.

Научная новизна, теоретическая и практическая значимость.

Достоверность и истинность фактического материала, обоснованность научных выводов.

Можно перечислить несколько самых ярких фактов, примеров, мыслей, приведенных в статье.

Эмоционально-оценочное отношение к прочитанному (Понравилась ли статья? Чем? С чем согласны, а чем нет и др.)

Выводы.

Магистрант

подпись

Реферат по тематике магистерской диссертации.

Технология подготовки реферата

Термин «реферат» имеет латинские корни и в дословном переводе означает «докладываю, сообщаю». Словари определяют его значение как «краткое изложение в письменном виде или в форме публичного доклада содержания книги, научной проблемы, результатов научного исследования; доклад на определённую тему, освещающий её на основе обзора литературы и других источников». В реферате магистрант раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды.

Основное назначение этого вида научной работы - показать эрудицию начинающего исследователя, его умение самостоятельно анализировать, систематизировать, классифицировать и обобщать имеющуюся научную информацию.

В целом работа над рефератом позволяет овладеть очень важными для исследователя умениями, а именно: научиться работать с научным текстом, выделять в нем главное, формулировать как свои, так и чужие мысли, высказывания, кратко и своими словами логично выстраивать и систематизировать изученный материал.

Требования к выбору и формулировке темы реферата

Магистрант формулирует тему реферата при участии научного руководителя. Тема должна быть сформулирована грамотно с литературной точки зрения. В названии реферата следует определить чёткие рамки рассмотрения темы, которые не должны быть слишком широкими или слишком узкими. Следует по возможности воздерживаться от использования в названии узкоспециализированных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также от чрезмерного упрощения формулировок, желательно избегать длинных названий.

Структура и содержание реферата

Структурно реферат должен содержать 5 основных частей: введение, основная часть, заключение, список литературы и приложения (дополнительные материалы).

Введение должно включать в себя краткое обоснование актуальности темы реферата, оценку состояния исследуемого вопроса, проблемы, постановку целей и формулировку задач, которые автор ставил перед собой, а также краткий обзор изученной литературы, других источников информации. Объём введения обычно составляет 2 – 3 страницы текста.

Основная часть реферата содержит материал, который отобран магистрантом для рассмотрения проблемы. Средний объём основной части реферата - 10 страниц. Необходимо обратить внимание на обоснованное распределение материала на параграфы, умение формулировать их название, соблюдение логики изложения. В основной части должно быть изложено собственное мнение магистранта по заявленной проблеме и сформулированы са-

мостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты и полученные результаты в ходе проведения исследований определенным методом (соответствующих профилю лаборатории). При изложении основной части не должно быть отступлений от темы, факты должны быть научно достоверными. Ссылки на авторов, чьи мнения, информация использованы в реферате, обязательны.

В заключение реферата магистрант формулирует выводы, обращает внимание на выполнение поставленных во введении целей и задач. Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из основной части. Объем заключения не более 2 – 3 страниц текста.

Список, использованной для написания реферата литературы, помещается на последней странице. В него входят работы, используемые и цитируемые в реферате. В работе над рефератом рекомендуется использовать не менее 8-10 источников.

В приложении магистрант предоставляет дополнительные материалы (протоколы наблюдения, анкетирования, тестирования, аналитические таблицы, стимульный материал тестов и др.).

Оформление списка литературы

В библиографической записи литературного источника приводятся:

1. Фамилия и инициалы автора книги, статьи.
2. Полное название литературного источника.
3. Место издания.
4. Наименование издательства.
5. Год издания.
6. Количество страниц (для электронных источников указывается количество дисков и файлов).
7. Для источников, взятых из сети Internet, указывается наименование документа и режим доступа к нему.

Сведения о литературных источниках располагают в порядке появления ссылок на них в тексте или в алфавитном порядке. Каждый источник нумеруется арабскими цифрами с точкой и печатается с новой строки с абзацного отступа (приложение 4).

Требования к оформлению реферата

1. Объем реферата должен быть в пределах 15 – 25 страниц (формат А 4).
2. Текст печатается или пишется от руки на одной стороне листа. Записи ведутся четко и аккуратно чернилами одного цвета
3. Реферат сдаётся со скреплёнными листами (брошюровка реферата левосторонняя) и обложкой, не нарушающей его эстетичности.
4. Титульный лист является первой страницей реферата. На нём указываются: наименование образовательного учреждения, название и тема работы, сведения об авторе и руководителе, город и год выполнения работы.
5. Нумерация страниц начинается после титульного листа. Номер страницы указывается арабскими цифрами внизу по центру.
6. Заголовки пунктов плана (оглавления) выделяются.

7. Таблицы, схемы, чертежи, графики, имеющиеся в тексте, а также возможные приложения нумеруются каждые в отдельности. Они должны иметь название и ссылку на источник данных, а при необходимости и указание на масштабные единицы.

8. В тексте не допускается сокращение названий, наименований (за исключением общепринятых аббревиатур).

В обязанности руководителя по подготовке студента к написанию и защите реферата входят:

1. Оказание помощи в выборе темы, составлении плана реферата.
2. Разработка рекомендаций по подбору литературы, необходимой для написания реферата.
3. Проведение индивидуальных консультаций обучающегося по подготовке реферата.
4. Проверка чернового экземпляра реферата, подготовка замечаний и рекомендаций.
5. Рецензирование окончательного текста реферата.

Руководитель представляет письменную рецензию на реферат с оценкой проделанной обучающимся работы, которая учитывается при выставлении отметки по итогам защиты.

Процедура защиты реферата

1. Выступление магистранта с докладом по теме реферата (10 – 15 минут). Основная цель доклада – изложение основных результатов проделанной работы. В ходе доклада необходимо отразить: название выбранной темы и её актуальность, поставленные цели и задачи, изученную литературу, структуру основной части, сделанные в ходе работы выводы.

2. Презентация (10-15 слайдов).
3. Ответы на вопросы, поставленные в пределах темы реферата.

Оценка реферата

Реферат оценивается по следующим критериям:

1. Соблюдение требований к его оформлению.
2. Соответствие содержания работы выбранной теме.
3. Полнота, целостность, логичность темы.
4. Уровень самостоятельности выполнения работы.
5. Умение обучающегося свободно излагать основные идеи, отраженные в реферате.
6. Способность магистранта понять суть задаваемых членами комиссии вопросов и сформулировать точные ответы на них.
7. Презентация (слайды).

**Информационное сообщение
по актуальным проблемам психологической подготовки.**

Магистрант готовит и проводит не менее 3-х информационных сообщений по одному из направлений спортивной психологии в форме семинара, лекции, диспута, родительского собрания и т.п. для спортсменов, тренеров, родителей, студентов. По итогам проведения мероприятий магистрант готовит отчет.

План-конспект информационного сообщения на тему:

« _____ »

1. Введение.
2. Содержание.
3. Отчет о проведении информационного сообщения.

Магистрант

подпись

Отчет о проведении мероприятия

Тема « _____ »

Организатор мероприятия (ФИО) _____

Дата, время и место проведения _____

1. Психолого-педагогическое обоснование проводимого мероприятия: цель, форма проведения, актуальность
2. Учет возрастных и индивидуально-психологических особенностей
3. Ход мероприятия: своевременность начала, развитие действия, кульминация, окончание, продолжительность мероприятия, содержание и методика проведения, новизна, активность, эмоциональный фон и др.
4. Общая оценка, выводы, предложения (по подготовке, организации и проведению мероприятия).

Отчет по результатам прохождения практики.

По завершению ознакомительной практики проводится анализ проделанной работы, который оформляется в форме индивидуального и группового отчета.

Индивидуальный отчет составляется на основе всех документов по практике и защищается на итоговой конференции, в ходе которой осуществляется рефлексия полученного опыта.

Примерный перечень вопросов и проблем, затрагиваемых магистрантами в выступлениях на итоговой конференции:

1. Роль практики в плане подготовки магистранта как будущего специалиста.
2. Представление о будущей профессиональной деятельности.
3. Профессионально-значимые качества личности тренера (психолога).
4. Анализ подготовки практиканта к запланированным видам деятельности.
5. Обобщение опыта по управлению психологической подготовкой в различных организациях.
6. Трудности при подготовке и проведении работы, предусмотренной программой практики.
7. Предложения по совершенствованию содержания, организации и проведения практики.

При посещении различных мероприятий, например выставок, форумов, участия в тренингах, мастер-классах, олимпиадах, конференциях, семинарах магистранты готовят эссе, которое выражает индивидуальные впечатления и соображения по конкретному поводу или предмету и не претендует на исчерпывающую или определяющую трактовку темы.

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»



**ПРОГРАММА
ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ
ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЫ**

по направлению подготовки **49.04.03 «Спорт»**

Направленность (профиль программы):
**«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»**

Уровень образования: **магистратура**

Форма обучения: очная, заочная

Смоленск 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.....	3
1.1. Задачи государственной итоговой аттестации.....	3
1.2. Место государственной итоговой аттестации в структуре ОПОП.....	3
2. СОДЕРЖАНИЕ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ.....	3
2.1. Характеристика профессиональной деятельности магистра по направлению 49.04.03 – Спорт. Направленность (профиль) «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта».....	3
2.2. Основное содержание итоговых аттестационных испытаний.....	4
2.3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, а также шкал оценивания.....	9
3. ТРЕБОВАНИЯ К ПЛАНИРУЕМЫМ РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....	12
3.1. Универсальные компетенции выпускников и индикаторы их достижения.....	12
3.2. Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения.....	14
3.3. Профессиональные компетенции выпускников в соотношении с индикаторами их достижения.....	18
4. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ.....	25
4.1. Требования к государственному экзамену.....	25
4.2. Рекомендации по выполнению магистерской диссертации.....	43

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Государственная итоговая аттестация (ГИА) по направлению подготовки 49.04.03 – Спорт, направленность (профиль) «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта» включает:

- а) подготовку к сдаче и сдачу государственного экзамена;
- б) подготовку к процедуре защиты и защите магистерской диссертации (ВКР).

1.1. Задачи государственной итоговой аттестации:

1. Определить соответствие подготовки выпускника требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.03 – Спорт, направленность (профиль) «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта» и требованиям ОПОП (Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 июня 2015 г. № 636 с изменениями на 27 марта 2020 года «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры»).

2. По результатам ГИА принять решение о присвоении квалификации магистр по направлению подготовки 49.04.03 – «Спорт» и выдачи диплома магистра образца, установленного Министерством образования и науки Российской Федерации.

1.2. Место государственной итоговой аттестации в структуре ОПОП

Государственная итоговая аттестация входит в Блок 3 «Государственная итоговая аттестация», который в полном объеме относится к базовой части программы и завершается присвоением квалификации, указанной в перечне специальностей и направлений подготовки высшего образования, утверждаемом Министерством образования и науки Российской Федерации.

Объем (трудоемкость) государственной итоговой аттестации ОПОП направления подготовки 49.04.03 – Спорт, направленность (профиль) «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта» составляет 6 зачетных единиц.

2. СОДЕРЖАНИЕ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

2.1. Характеристика профессиональной деятельности магистра по направлению 49.04.03 – Спорт, направленность (профиль) «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта»

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта

2.2. Основное содержание итоговых аттестационных испытаний

Содержание государственной итоговой аттестации соотносится с формируемыми **универсальными (УК), общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными компетенциями (ПК)** по направлению подготовки

49.04.03 – Спорт, направленность (профиль) « Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта».

№ п/п	Компетенции	№ билета / № вопроса
<i>Универсальные компетенции:</i>		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	1/1, 7/1, 8/1, 9/1, 12/2
УК-2	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	3/3, 4/1, 6/1, 7/1, 8/1, 9/1, 10/1, 11/2, 12/2, 16/2, 17/3, 18/3, 19/2, 20/2, 21/3, 22/1, 25/2
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	5/2, 6/3, 7/3, 8/3, 12/1, 13/1, 14/3, 15/1, 19/1,
УК-4	Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия	5/2, 6/3, 7/3, 11/2, 20/1, 21/1
УК-5	Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	8/3, 13/1, 24/3, 25/3
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	14/3, 15/1, 16/1, 21/1

Общепрофессиональные компетенции (ОПК)		
ОПК-1	Способен планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта	14/2, 15/2, 16/2, 17/2, 19/2, 20/2, 21/2, 24/2
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор в спортивную сборную команду и в резерв	1/3, 3/1, 10/3, 12/3, 13/2, 16/3, 21/2
ОПК-3	Способен проводить групповые и индивидуальные тренировки с высококвалифицированными спортсменами, соответствующие специфике соревновательной деятельности	10/2, 17/2, 18/2, 19/2, 20/2, 21/2, 22/2, 23/2, 23/3, 24/2
ОПК-4	Способен формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва	2/2, 3/1, 3/2, 6/2, 7/3, 12/1, 12/3, 13/3, 14/3, 15/1, 17/1
ОПК-5	Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу	2/2, 4/2, 6/2, 6/3, 8/2, 13/1, 14/2
ОПК-6	Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации	1/2, 7/2, 11/2, 17/2, 20/3, 23/1, 24/1, 25/2
ОПК-7	Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд	5/2, 6/3, 7/3, 8/3, 11/3, 13/1, 14/1, 25/1
ОПК-8	Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений	1/1, 2/2, 3/2, 4/2, 6/2, 7/2, 8/2, 11/2
ОПК-9	Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний	1/2, 4/2, 4/3, 5/3, 7/2, 9/3, 10/3, 11/2, 23/1, 24/, 25/21

ОПК-10	Способен осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов	2/3, 3/3, 5/1, 6/1, 7/1, 8/1, 9/1, 12/3, 14/1, 14/3, 15/1, 16/1, 18/3, 20/3, 21/3
ОПК-11	Способен осуществлять методическое сопровождение спорта высших достижений	4/2, 10/2, 15/2, 16/2, 17/2, 18/2, 21/2, 23/2
Профессиональные компетенции (ПК)		
ПК-1	Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена	4/1, 11/2, 19/2, 20/2, 25/2
ПК-2	Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности	1/2, 3/2, 9/3, 10/3, 25/2,
ПК-3	Способен разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной, соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий	6/1, 7/1, 8/1, 9/1, 10/1, 12/2, 16/2, 17/3, 18/3, 19/2, 19/3, 20/2, 21/3, 22/1, 25/2
ПК-4	Способен разрабатывать алгоритм соревновательной деятельности и обеспечивать его реализацию	6/1, 15/2, 17/2, 19/2, 20/2, 25/2
ПК-5	Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач	4/3, 7/2, 9/2, 10/1, 11/1, 11/2, 18/3, 20/3, 22/1
ПК-6	Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения	4/1, 9/2, 15/3, 17/3, 19/3, 21/2, 22/2, 22/3, 25/3

ПК-7	Способен изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, российский и зарубежный опыт по тематике исследований, планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования	1/1, 3/2, 4/2, 10/3, 16/2
ПК-8	Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок	1/2, 4/3, 5/3, 7/2, 23/1, 24/1, 25/2
ПК-9	Способен критически оценивать данные и делать выводы, осуществлять математическое моделирование процессов и объектов на базе стандартных пакетов автоматизированного проектирования и исследований	1/2, 4/3, 5/3, 23/1, 24/1
ПК-10	Способен аккумулировать знания в области организационно-управленческой деятельности и принимать организационно-управленческие решения, связанные с профессиональными рисками	6/2, 8/2, 14/2, 24/3, 25/3
ПК-11	Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности	8/3, 12/2, 15/1, 16/3, 17/1, 19/1, 20/1
ПК-12	Готов разрабатывать организационно-нормативные документы и использовать их в своей деятельности	14/2
ПК-13	Способен определять приоритеты при решении актуальных проблем и задач организационно-управленческой деятельности	2/3, 3/3, 12/2
ПК-14	Способен разрабатывать и обеспечивать реализацию мероприятий по психолого-педагогическому и методическому сопровождению тренировочного и соревновательного процесса в спортивных организациях	2/3, 3/3, 5/1, 6/1, 7/1, 8/1, 9/1, 12/3, 14/1, 14/3, 15/1, 16/1, 18/3, 20/3, 21/3
ПК-15	Способен проводить психологическое консультирование субъектов спортивной деятельности	5/2, 7/1, 8/1, 9/1, 11/1, 12/1, 15/3, 16/3, 19/1, 20/1, 22/1, 24/3, 25/3

ПК-16	Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности	5/2, 7/1, 8/1, 9/1, 12/1, 15/3, 16/3, 19/1, 20/1, 22/1, 24/3, 25/1, 25/3
ПК-17	Способен использовать в профессиональной деятельности современные средства и методы психологической профилактики, восстановления и реабилитации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья спортсменов и тренеров	4/1, 7/3, 15/3, 17/3, 19/3, 19/1, 20/1, 21/1, 22/3, 24/3, 25/1
ПК-18	Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные методики психофизиологической и психологической диагностики субъектов спортивной деятельности	1/2, 4/3, 5/3, 9/3, 10/3, 23/1, 24/1
ПК-19	Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности	1/1, 2/1, 4/1, 5/2, 8/1, 9\1, 10/1, 11/1, 12/1, 13/1, 16/1, 21/1, 22/1
ПК-20	Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки	3/1, 5/1, 6/1, 7/1, 11/2, 16/3, 17/1, 18/1

2.3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, а также шкал оценивания

В качестве показателей оценивания компетенций на различных этапах их формирования определены следующие средневзвешенные уровни сформированности компетенций, в которых участвует дисциплина:

1. Повышенный;
2. Базовый;
3. Пороговый;
4. Недостаточный

Критерии оценивания компетенций (признак, на основании которого, проводится оценка по выбранному показателю):

Показатель оценивания компетенций	Результат обучения	Критерии оценивания компетенций
Повышенный	Знать	Магистрант продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание программного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая дополнительные.
	Уметь	Магистрант продемонстрировал: понимание программного материала; умение свободно решать ситуационные задачи; логически последовательные, содержательные, полные, правильные и конкретные ответы (решения) на все поставленные в ситуационной задаче задания (вопросы), включая дополнительные.
	Владеть	Магистрант продемонстрировал: понимание программного материала; владение навыками свободного решения ситуационных задач; владение навыками оценки и содержательного полного анализа полученных в ходе решения результатов, формулирования обобщающих выводов по результатам решения ситуационной задачи на основе междисциплинарных связей; логически последовательные, полные, правильные и конкретные ответы в ходе защиты задания, включая дополнительные уточняющие вопросы (задания)

Базовый	Знать	Магистрант продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания программного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений; последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам
	Уметь	Магистрант продемонстрировал: понимание программного материала; умение решать ситуационные задачи, логически последовательные, правильные и конкретные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; устранение замечаний по отдельным элементам задания (вопроса)
	Владеть	Магистрант продемонстрировал: понимание программного материала; владение навыками решения ситуационных задач; владение навыками оценки и анализа полученных в ходе решения результатов, формулирования выводов по результатам решения ситуационной задачи; логически последовательные, достаточно полные, правильные ответы в ходе защиты задания, включая дополнительные; самостоятельно устранил замечания по отдельным элементам задания (вопроса).
Пороговый	Знать	Магистрант продемонстрировал: твердые знания и понимание основного программного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя.
	Уметь	Магистрант продемонстрировал: понимание основного программного материала; умение, без грубых ошибок, решать ситуационные задачи, правильные, без грубых ошибок, ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные, устранение, при наводящих вопросах преподавателя, замечаний по отдельным элементам задания (вопроса)
	Владеть	Магистрант продемонстрировал: понимание основного программного материала; владение навыком, без грубых ошибок, решать ситуационные задачи; владения навыком оценки полученных в ходе решения результатов и формулиро-

		вания кратких выводов; без грубых ошибок дал ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе защиты задания при наводящих вопросах преподавателя.
Недостаточный	Знать	Магистрант продемонстрировал: неправильные ответы на основные вопросы; грубые ошибки в ответах; непонимание сущности излагаемых вопросов; неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы.
	Уметь	Магистрант продемонстрировал: непонимание основного программного материала; неумение решать ситуационные задачи, не дал правильные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; не устранил, при наводящих вопросах преподавателя, замечания и грубые ошибки по заданию (вопросу).
	Владеть	Магистрант продемонстрировал: Непонимание основного программного материала; грубые ошибки и отсутствие навыков решения ситуационных задач; грубые ошибки в оценке полученных в ходе решения результатов; не смог сделать выводы по результатам решения задачи; при наличии грубых ошибок дал неправильные ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе защиты задания при наводящих вопросах преподавателя.

3. ТРЕБОВАНИЯ К ПЛАНИРУЕМЫМ РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

3.1. Универсальные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Код и наименование универсальной компетенции	Дисциплины, соотнесенные с универсальными компетенциями	Индикаторы достижения универсальной компетенции
УК-1 – Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	Введение в спортивную психологию Психофизиология спортивной деятельности Олимпийский и профессиональный спорт: тенденции и особенности функционирования Психологическое сопровождение спортивной деятельности Иностранный язык: разговорная и профессиональная специфика в спортивной психологии Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте Психологическое консультирование в спорте Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателя в высшей школе Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования Научно-исследовательская работа Профессионально-ориентированная производственная практика Ознакомительная учебная практика	Знает: предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта; предмет и основные проблемы психологического сопровождения в практике спорта; возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку в соответствии с этапом подготовки. Умеет: применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке; анализировать новейшие подходы в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы. Имеет опыт анализа новейших подходов в области спортивной подготовки, квалифицированного отбора спортсменов для подготовки спортивного резерва и измерения показателей психоэмоциональной сферы.
УК-2 – Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	Психологическое сопровождение спортивной деятельности. Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов. Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции.	Знает: модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям; Умеет: формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося

	Профессионально-ориентированная производственная практика. Психология спортивной карьеры. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления. Преддипломная практика	мающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; Имеет опыт разбора с занимающимися результатов выступления на соревнованиях.
УК-3 – Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	Профессионально-ориентированная производственная практика. Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателя в высшей школе. Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования. Социальная психология спортивной деятельности. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность. Психология личности спортсмена. Современные технологии психологического тренинга и Т-игр.	Знает: технологии спортивной психологии в подготовке спортсменов спортивной сборной команды; Умеет: обеспечивать благоприятный морально-психологический климат в спортивной сборной команде; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.
УК-4 – Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия	Социальная психология спортивной деятельности. Современные технологии психологического тренинга и Т-игр. Преддипломная практика. Иностранный язык: разговорная и профессиональная специфика в спортивной психологии. Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте. Ознакомительная учебная практика.	Знает: методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта со спортсменами, занимающимися разного возраста. Умеет: пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта
УК-5 – Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	Иностранный язык: разговорная и профессиональная специфика в спортивной психологии. Профессионально-ориентированная производственная практика. Психология личности спортсмена. Введение в спортивную психологию. Психологическое консультирование в спорте. Ознакомительная учебная практика.	Знает: особенности индивидуальных различий спортсменов. Умеет: использовать систему стимулирования для формирования мотивации спортсменов, специалистов спортивной сборной команды. Имеет опыт использования адекватных средств, методов и форм раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования волевых качеств и основ мотивации в соревновательной деятельности

УК-6 – Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способности ее совершенствования на основе самооценки	Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность. Психофизиология спортивной деятельности. Информационные технологии в практике спорта. Стресс и эмоциональное выгорание в спорте.	Знает: методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации; Умеет: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров; Имеет опыт мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной сборной команды

3.2. Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Дисциплины, соотнесенные с общепрофессиональными компетенциями	Индикаторы достижения общепрофессиональной компетенции
ОПК-1 – Способен планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта	Ознакомительная учебная практика. Профессионально-ориентированная производственная практика. Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов. Психология спортивной карьеры.	Знает: методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся; Умеет: систематически анализировать индивидуальные результаты подготовки занимающегося на тренировочном этапе с целью окончательного определения его индивидуальной спортивной специализации; Имеет опыт выявления наиболее перспективных занимающихся на тренировочном этапе для их дальнейшего спортивного совершенствования.
ОПК-2 – Способность осуществлять отбор в спортивную сборную команду и в резерв.	Профессионально-ориентированная производственная практика. Психология спортивной карьеры. Психологическое сопровождение спортивной деятельности.	Знает: причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивными достижениям; Умеет: оценивать спортивную предрасположенность занимающихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов; Имеет опыт определения уровня спортивной предрасполо-

		женности и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта.
ОПК-3 – Способность проводить групповые и индивидуальные тренировки с высококвалифицированными спортсменами, соответствующие специфике соревновательной деятельности.	Профессионально-ориентированная производственная практика. Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов.	Знает: Психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации. Умеет: развивать специальную закрепляющую мотивацию занимающихся к занятиям видом спорта, стимулировать к спортивному самосовершенствованию Имеет опыт проведения теоретических занятий в форме лекций, семинаров, а также совместного просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, обучающих и научно-популярных фильмов с занимающимися с целью изучения системы движений, соответствующей особенностям вида спорта
ОПК-4 – Способность формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва.	Профессионально-ориентированная производственная практика. Ознакомительная учебная практика. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность. Психология личности спортсмена. Психологическое консультирование в спорте. Социальная психология спортивной деятельности. Современные технологии психологического тренинга и Т-игр. Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателя в высшей школе. Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления.	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях; Имеет опыт наблюдения за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников;

ОПК-5 – Способность формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.	Профессионально-ориентированная производственная практика. Ознакомительная учебная практика. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность. Социальная психология спортивной деятельности. Современные технологии психологического тренинга и Т-игр. Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателя в высшей школе. Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования. Введение в спортивную психологию. Олимпийский и профессиональный спорт: тенденции и особенности функционирования.	Знает: предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта; Умеет: формировать мотивацию к профессиональному и личностному росту различных групп спортсменов и тренеров Имеет опыт проведения психолого-педагогического анализа особенностей вида спорта; проведения с занимающимися теоретических занятий о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования скрытых или явных
ОПК-6 – Способность обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.	Профессионально-ориентированная производственная практика. Психофизиология спортивной деятельности. Информационные технологии в практике спорта. Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте. Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции. Научно-исследовательская работа.	Знает: методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации Умеет: использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды. Имеет опыт работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды
ОПК-7 – Способность управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд.	Профессионально-ориентированная производственная практика. Психологическое консультирование в спорте.	Знает: методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации; Умеет: выявлять ключевые факторы результативности спортивной подготовки и разрабатывать оптимальные алгоритмы воздействия на выявленные факторы с учетом специфики вида спорта, стратегических целей и задач спортив-

		ной подготовки Имеет опыт консультационного сопровождения тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки занимающихся, спортсменов
ОПК-8 – Способность обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию спорта высших достижений	Введение в спортивную психологию. Олимпийский и профессиональный спорт: тенденции и особенности функционирования. Психологическое сопровождение спортивной деятельности. Иностранный язык: разговорная и профессиональная специфика в спортивной психологии Преддипломная практика.	Знает: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Умеет: самостоятельно анализировать научную литературу Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта
ОПК-9 – Способность проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.	Преддипломная практика. Психофизиология спортивной деятельности. Ознакомительная учебная практика.	Знает: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); Умеет: отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта; Имеет опыт организации мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной команды
ОПК-10 – Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	Ознакомительная учебная практика. Психологическое сопровождение спортивной деятельности. Профессионально-ориентированная производственная практика. Психологическое консультирование в спорте. Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте. Психические состояния в спорте, сред-	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной ко-

	ства и методы их регуляции. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность. Социальная психология спортивной деятельности. Современные технологии психологического тренинга и Т-игр. Психология личности спортсмена. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления. Психология спортивной карьеры. Стресс и эмоциональное выгорание в спорте.	манды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт контроля работы тренеров по поддержанию высокого уровня спортивной мотивации спортсменов спортивной команды.
ОПК-11 – Способность осуществлять методическое сопровождение спорта высших достижений.	Профессионально-ориентированная производственная практика. Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов.	Знает: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Умеет: использовать оптимальные критерии и методы оценки эффективности спортивной подготовки Имеет опыт разработки программы консультационной поддержки тренеров в режиме дистанционной работы

3.3. Профессиональные компетенции выпускников в соотношении с индикаторами их достижения

Код и наименование профессиональной компетенции	Дисциплины, соотнесенные с профессиональными компетенциями	Индикаторы достижения профессиональной компетенции
ПК-1 – Способен корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку на основе контроля состояния спортсмена	Профессионально-ориентированная производственная практика. Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов. Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции. Современные технологии психологического тренинга и Т-игр. Стресс и эмоциональное выгорание в спорте. Психофизиология спортивной деятельности.	Знает: способы коррекции тренировочной и соревновательной нагрузки на основе контроля психофизиологических показателей спортсмена; Умеет: вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях; Имеет опыт проведения мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям

ПК-2 – Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности	Профессионально-ориентированная производственная практика. Социальная психология спортивной деятельности. Психология личности спортсмена.	Знает: требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине); Умеет: анализировать состояние научно-методической базы, психологического сопровождения на соответствие федеральным стандартам спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства Имеет опыт обеспечения научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине
ПК-3 – Способен разрабатывать и реализовывать программы предсоревновательной, соревновательной подготовки и постсоревновательных мероприятий	Профессионально-ориентированная производственная практика. Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов. Психологическое сопровождение спортивной деятельности.	Знает: актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); Умеет: соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации; Имеет опыт анализа новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью, оценка перспектив использования методик в условиях спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-4 – Способен разрабатывать алгоритм соревновательной деятельности и обеспечивать его реализацию	Профессионально-ориентированная производственная практика.	Знает: спортивную психологию; Умеет: определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося Имеет опыт моделирования соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности

ПК-5 – Способен проводить комплексную оценку объективных показателей, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач	Профессионально-ориентированная производственная практика. Общая теория спорта и технология подготовки спортсменов. Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции. Стресс и эмоциональное выгорание в спорте. Психофизиология спортивной деятельности. Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления.	Знает: объективные показатели, характеризующих функциональное состояние организма спортсмена для решения профессиональных задач; Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период подготовкой; Имеет опыт использования адекватных средств, методов и форм формирования и поддержание благоприятного функционального состояния при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях;
ПК-6 – Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения	Социальная психология спортивной деятельности. Ознакомительная учебная практика. Преддипломная практика. Олимпийский и профессиональный спорт: тенденции и особенности функционирования. Научно-исследовательская работа. Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателя в высшей школе. Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования.	Знает: методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации Умеет: подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; Имеет опыт составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства
ПК-7 – Способен изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, российский и зарубежный опыт по тематике исследований, планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследова-	Ознакомительная учебная практика. Преддипломная практика. Научно-исследовательская работа. Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателя в высшей школе. Введение в спортивную психологию. Иностранный язык: разгово-	Знает: современные методы психологических наблюдений, тестирования; Умеет: использовать инструментальный психолого-педагогического анализа и проектирования; Имеет опыт анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки; инициирования мероприятий в це-

дования	ворная и профессиональная специфика в спортивной психологии.	лях профессионального и личностного развития работников путем их направления на лекции, семинары в соответствии с профессиональной специализацией и уставными целями организации, осуществляющей спортивную подготовку
ПК-8 – Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок	Ознакомительная учебная практика. Преддипломная практика. Научно-исследовательская работа. Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования. Психологическое сопровождение спортивной деятельности. Современные технологии психологического тренинга и Т-игр.	Знает: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); Умеет: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; Имеет опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-9 – Способен критически оценивать данные и делать выводы, осуществлять математическое моделирование процессов и объектов на базе стандартных пакетов автоматизированного проектирования и исследований	Ознакомительная учебная практика. Преддипломная практика. Научно-исследовательская работа. Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте. Информационные технологии в практике спорта.	Знает: требования к обеспечению научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса по виду спорта, спортивной дисциплине; Умеет: самостоятельно анализировать научную литературу, применять понятийно-категориальный аппарат психодиагностики и психологического мониторинга в спортивной деятельности Имеет опыт обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для представителей физкультурно-спортивных организаций субъекта Российской Федерации, спортивных федераций по виду спорта
ПК-10 – Способен аккумулировать знания в области организационно-управленческой деятельности и принимать организационно-управленческие решения, связанные с профессиональными рисками	Иностранный язык: разговорная и профессиональная специфика в спортивной психологии. Профессионально-ориентированная производственная практика. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность.	Знает: порядок составления установленной отчетности Умеет: выявлять проблемы в организации проведения консультирования и тестирования, разрабатывать мероприятия по ее совершенствованию; Имеет опыт внесения предложений по разработке или модификации системы мотивации тренеров

ПК-11 – Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности	Профессионально-ориентированная производственная практика. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность. Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования. Современные технологии психологического тренинга и Т-игр. Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателя в высшей школе. Социальная психология спортивной деятельности. Психологическое консультирование в спорте. Психология спортивной карьеры.	Знает: модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса; Умеет: мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин; Имеет опыт формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований
ПК-12 – Готов разрабатывать организационно-нормативные документы и использовать их в своей деятельности	Профессионально-ориентированная производственная практика.	Знает: методы сбора, систематизации и статистической обработки информации Умеет: составлять отчеты по результатам аудита спортивной подготовки; Имеет опыт анализа психологических параметров у занимающихся на различных этапах подготовки
ПК-13 – Способен определять приоритеты при решении актуальных проблем и задач организационно-управленческой деятельности	Профессионально-ориентированная производственная практика. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность. Введение в спортивную психологию.	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: обобщать накопленный материал в области управления психологической подготовкой; Имеет опыт: применения психологических знаний в тренерской деятельности
ПК-14 – Способен разрабатывать и обеспечивать реализацию мероприятий по психолого-педагогическому и методическому сопровождению тренировочного и соревновательного процесса в спортивных организациях	Профессионально-ориентированная производственная практика. Ознакомительная учебная практика. Психологическое сопровождение спортивной деятельности.	Знает: основы спортивной психологии; Умеет: применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы занимающихся (спортивной команды): беседа, внушение, убеждение, метод заданий и поручений, моделирование соревновательных ситуаций, психотехнические упражнения, идеомоторная тренировка, психорегулирующие средства; Имеет опыт формирования у спортсменов спортивной команды

		состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации;
ПК-15 – Способен проводить психологическое консультирование субъектов спортивной деятельности	Профессионально-ориентированная производственная практика. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность. Психологическое консультирование в спорте.	Знает: современные технологии, средства и методы командной и индивидуальной подготовки спортсменов высокого класса, организации взаимодействия в спортивной команде и критерии оценки эффективности подготовки спортивной команды. Умеет: консультировать по вопросам внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта Имеет опыт консультирования тренеров, спортсменов спортивной команды по вопросам спортивной подготовки спортивной команды
ПК-16 – Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности	Профессионально-ориентированная производственная практика. Современные технологии психологического тренинга и Т-игр. Социальная психология спортивной деятельности. Психология спортивной карьеры. Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления. Психология личности спортсмена.	Знает: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Умеет: использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Имеет опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.
ПК-17 – Способен использовать в профессиональной деятельности современные средства и методы психологической профилактики, восстановления и реабилитации, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья спортсменов и тренеров	Профессионально-ориентированная производственная практика. Психические состояния в спорте, средства и методы их регуляции. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления. Стресс и эмоциональное выгорание в спорте.	Знает: психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации Умеет: применять средства физического и психического восстановления занимающихся; Имеет опыт анализа эффективности выступления спортивной сборной команды на общероссийских и международных соревнованиях, разработка предложений по преду-

		преждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной сборной команды.
ПК-18 – Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные методики психофизиологической и психологической диагностики субъектов спортивной деятельности	Профессионально-ориентированная производственная практика. Ознакомительная учебная практика. Научно-исследовательская работа. Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте. Психофизиология спортивной деятельности.	Знает: методики контроля и оценки физиологических, психологических параметров человека; Умеет: давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности; Имеет опыт анализа фактических данных и результатов психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося
ПК-19 – Способен организовать работу по психологическому просвещению субъектов спортивной деятельности	Профессионально-ориентированная производственная практика. Ознакомительная учебная практика. Социальная психология спортивной деятельности. Личность тренера: обучение и профессиональная деятельность. Введение в спортивную психологию. Педагогические технологии, методы и средства обучения в системе высшего образования. Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателя в высшей школе.	Знает: предмет и основные проблемы спортивной психологии в практике спорта; Умеет: использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров; Имеет опыт: проведения публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам психологической подготовки
ПК-20 – Способен разрабатывать психологические рекомендации по развитию специальных свойств личности спортсменов, совершенствованию содержания и форм организации процесса подготовки	Профессионально-ориентированная производственная практика. Ознакомительная учебная практика. Психологический мониторинг и психодиагностика в спорте. Психология спортивной карьеры. Психология личности спортсмена. Психологическое сопровождение спортивной деятельности.	Знает: ресурсный подход в повышении конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды; Умеет: проводить собеседование с целью выявления индивидуальных склонностей, мотивации, психологического настроения занимающегося; Имеет опыт контроля организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной сборной команды в период спортивных соревнований.

4. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Программа государственной итоговой аттестации, включающая программы государственных экзаменов и требования к выпускным квалификационным работам и порядку их выполнения, критерии оценки результатов сдачи государственных экзаменов и защиты магистерской диссертации, утвержденные проректором по учебной работе, а также порядок подачи и рассмотрения апелляционных заявлений доводятся до сведения обучающихся не позднее, чем за шесть месяцев до начала государственной итоговой аттестации.

4.1. Требования к государственному экзамену

Государственный экзамен проводится по утвержденной проректором по учебной работе программе государственного экзамена, содержащей перечень вопросов, выносимых на государственный экзамен, и рекомендации обучающимся по подготовке к государственному экзамену, в том числе перечень рекомендуемой литературы.

Экзаменационные билеты государственного итогового экзамена разрабатываются ведущими кафедрами под руководством ответственного за основную образовательную программу по направлению и профилю подготовки (специальности) и утверждаются на учебно-методическом совете университета.

Перед государственным экзаменом проводится консультирование обучающихся по вопросам основных дисциплин образовательных программ, включенным в программу (обзорные лекции).

Защиты магистерских диссертаций проводятся на открытых заседаниях государственных экзаменационных комиссий с участием не менее двух третей их состава.

Теоретические вопросы для формирования билетов к государственному экзамену по направлению подготовки 49.04.03 – Спорт. Направленность (профиль программы): «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта»

1. Спортивная психология как отрасль науки и сфера практической деятельности.

Объект, предмет и задачи спортивной психологии. Научные школы спортивной психологии: Московская (П.А.Рудик, О.А.Черникова), Ленинградская (А.Ц.Пуни, Р.М.Загайнов), Краснодарская (Г.Б.Горская), Смоленская (А.Д.Ганюшкин, И.Ф.Зоркин) и др. Основные направления психологических исследований в спорте и психологической помощи спортсменам.

2. Индивидуальный профиль асимметрии спортсмена.

Понятие «функциональная асимметрия», ее виды. Проявление сенсор-

ной, моторной и психической асимметрии в спорте. Сферы специализации левого и правого полушарий головного мозга. Учет индивидуального профиля асимметрии в подготовке спортсмена.

3. Свойства нервной системы и их проявление в спортивной деятельности.

Понятие «свойства нервной системы». Характеристика свойств нервной системы: сила-слабость, подвижность-инертность, уравновешенность-неуравновешенность нервных процессов. Вклад Е.П.Ильина в изучение индивидуально-типологических особенностей спортсменов. Взаимосвязь свойств нервной системы с успешностью спортивной деятельности. Учет свойств нервной системы в подготовке спортсменов.

4. Функциональные состояния и биологические ритмы спортсмена.

Понятие «функциональное состояние». Классификация функциональных состояний. (монотония, психическое пресыщение, утомление, мертвая точка и др.) и особенности проявления в деятельности спортсмена, рекомендации по профилактике. Психофизиология сна, циклы сна, физиологические изменения во время сна, нарушения сна.

5. Психологическое сопровождение подготовки спортсменов, его роль в современных условиях.

Проблемы современного спорта как фактора необходимости психологического сопровождения подготовки спортсменов. Определение понятий «психологическое сопровождение» и «психологическое обеспечение» в спорте. Виды психологического сопровождения в спорте. Принцип опережающей постановки задач подготовки спортсменов.

6. Психологическая подготовка спортсмена, характеристика ее видов.

Понятие о психологической подготовке в спорте, ее место в общей системе подготовки спортсмена. Виды психологической подготовки, цель и задачи общей психологической подготовки, специальной психологической подготовки к конкретному соревнованию и непосредственной психологической подготовки к исполнению спортивного действия. Система звеньев (этапы) специальной психологической подготовки по А.Ц.Пуни

7. Особенности многолетней спортивной карьеры. Психологическое сопровождение при преодолении кризисов на этапе начала спортивной карьеры.

Многолетняя спортивная карьера, цель, задачи. Возрастные кризисы по Э.Эриксону. Кризисы спортивной карьеры по Н.Б.Самбуловой. Психологические особенности этапа начала спортивной карьеры. Противоречия кризиса. Психологические сложности на этапе начала спортивной карьеры.

8. Психологическое сопровождение при преодолении кризисов на этапе углубленной тренировки и перехода в спорт высших достижений.

Психологические особенности этапа углубленной тренировки и перехода в спорт высших достижений. Противоречия кризиса. Психологические сложности на этапах углубленной тренировки и перехода в спорт высших достижений.

9. Психологическое сопровождение при преодолении кризисов на этапе перехода в профессиональный спорт и окончания спортивной карьеры.

Психологические особенности этапа перехода в профессиональный спорт и окончания спортивной карьеры. Противоречия кризисов. Психологические сложности на этапе перехода в профессиональный спорт и окончания спортивной карьеры.

10. Психические состояния спортсмена, проявляющиеся в соревновании.

Общее понятие о психических состояниях человека как целостной характеристики психической деятельности за определенный период времени. Основные компоненты психического состояния: энергетический (функциональный), психологический и психомоторный. Классификация психических состояний. Предстартовые состояния (боевая готовность, лихорадка апатия) и их характеристика.

11. Психические состояния спортсменов в учебно-тренировочном процессе.

Психические состояния спортсменов, возникающие в учебно-тренировочном процессе под влиянием однообразия и физической нагрузки. Профилактика психического перенапряжения спортсменов в учебно-тренировочном процессе. Профилактика неблагоприятных функциональных состояний: «угрозы отказа», монотонии, психического пресыщения, «профессионального выгорания», депрессии, переутомления.

12. Социально-психологическое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности.

Социализация личности спортсмена. Влияние общественного внимания на развитие личности спортсмена. Эффект соперничества как социально-психологическое явление. Спортивная этика. Отклоняющееся поведение спортсменов в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. Агрессия и агрессивность спортсменов.

13. Психология межличностных отношений, лидерства и руководства в спортивной команде.

Отношения в системах: «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен», «спортсмен-родитель», «родитель-тренер», «тренер-психолог», их особенно-

сти и влияние на эффективность спортивной деятельности. Лидерство в спортивной команде, его признаки. Теории лидерства. Виды лидеров: деловой и эмоциональный. Стили руководства спортивной командой, его разновидности: авторитарный, демократический, либеральный.

14. Психология малых и больших социальных групп в спорте.

Спортивная команда как малая группа, ее признаки. Уровни социального развития спортивных команд. Психологическая совместимость в спорте, ее уровни: психофизиологическая, психологическая и социально-психологическая. Психологический климат в команде, сплоченность. Воздействие болельщиков (фанатов) на эффективность деятельности спортсменов.

15. Роль и функции тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена.

Основные направления деятельности тренера в управлении психологической подготовкой спортсмена: психопрофилактика, психодиагностика, консультирование, коррекционно-развивающая деятельность. Профессионально-значимые качества личности тренера, их характеристика. Профессиональная компетентность тренера, ее основные компоненты, виды и уровни развития.

16. Психологическая подготовка тренера.

Цель, задачи и содержание психологической подготовки тренера. Типичные затруднения тренера в педагогической деятельности. Готовность к профессиональной деятельности тренера. Адаптация тренера к профессиональной деятельности. Кризисы профессионального становления. Мотивация тренерской деятельности и удовлетворенность трудом.

17. Психологические основы формирования личности в процессе занятий спортом.

Влияние спорта на формирование человека как индивида, субъекта, личности и индивидуальности. Деформации личности спортсмена. Спортивно-важные качества спортсмена. «Супер-качества» личности спортсмена: концентрация, установка-мотивация, профессионализм, «замаскированность», «ритуализм», «сопротивляемость», стабильность (Р.М.Загайнов). Самооценка спортсмена, ее диагностика и формирование.

18. Свойства и типы темперамента спортсмена, их характеристика и особенности проявления в спортивной деятельности.

Понятие темперамента, его теории. Свойства темперамента: сензитивность, реактивность, активность, пластичность-ригидность, темп реакции, эмоциональная возбудимость, экстро-интроверсия, их характеристика. Особенности проявления типов темперамента (холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик) в спортивной деятельности.

Индивидуализация подготовки спортсмена с учетом особенностей его темперамента.

19. Спортивное консультирование как вид индивидуальной психолого-педагогической работы со спортсменом.

Понятие спортивное консультирование; объект, предмет, цели, задачи психологического консультирования в спорте. Сходство и отличия психотерапии и психологического консультирования как видов психологической помощи в спорте. Субъектность клиента. Профессиональные навыки консультанта. Этические принципы в спортивно-психологическом консультировании.

20. Этапы психологического консультирования.

Организация условий для консультирования. Факторы, влияющие на процесс консультирования. Основные типы запросов. Установление первого контакта со спортсменом (тренером, родителями). Основные способы сбора информации в процессе консультирования. Вербальное и невербальное поведение в консультировании, пассивное и активное слушание; анализ невербального поведения клиентов.

21. Эмоциональное выгорание в спортивной деятельности.

Понятие эмоционального выгорания в спорте. Компоненты, симптомы синдрома эмоционального выгорания, их характеристика, последствия. Психопрофилактика и психокоррекция эмоционального выгорания.

22. Стресс в спортивной деятельности.

Стресс как состояние психической напряженности. Фазы развития стресса. Концепция стресса Г. Селье. Виды стресса, острый и хронический стресс. Посттравматический стресс. Психологические защиты и копинг-стратегии как способы преодоления стресса. Психопрофилактика и психокоррекция стресса.

23. Психодиагностика в спорте, основные тенденции современном этапе и перспективы развития.

Предмет и задачи психодиагностики. Психометрические основы диагностики: надежность, валидность и стандартизация. Классификация психодиагностических методик. Особенности компьютерной психодиагностики: достоинства, недостатки, перспективы развития. Использование компьютерных диагностических комплексов в практике спорта (НС-Психотест и др.). Проективные методики диагностики.

24. Организация психодиагностического обследования в спорте.

Особенности проведения и интерпретации результатов экспериментальных исследований в спорте. Психодиагностический процесс и его этапы. Планирование психодиагностического обследования. Особенности взаимо-

действия в психодиагностическом исследовании (тренер-спортсмен-психолог). Адаптация методик к условиям спортивной деятельности.

25. Основы психологического тренинга и Т-игр, особенности их проведения в спорте.

Особенности психологического тренинга в спорте. Требования к составлению тренинговых программ с учетом специфики спортивной деятельности. Программы для развития психических качеств и коммуникативных умений, освоения навыков эмоционально-волевой регуляции, повышение уверенности в себе и в своих силах, мотивации для представителей разных видов спорта. Психотехнические упражнения. Понятие «трансформационная психологическая игра», ее задачи и содержание. Возможности решения задач психологической подготовки спортсменов в процессе Т-игр.

26. Спорт в системе физической культуры. Сущность и функции спорта

Определение «спорт» в узком и широком понимании. Возникновение и состояние современного спорта. Функции спорта в обществе. Классификация видов спорта. Соревнования как основа спортивной деятельности. Спорт как зрелище, эстетика спорта.

27. Характеристика и основные тенденции развития современного спорта высших достижений.

Понятия спорт, спортсмен. Социальные функции спорта. Тенденции развития спорта: динамика спортивных достижений, омоложение, профессионализация, кризис олимпизма, политизация, возникновение новых видов. Основные факторы, обуславливающие вышеперечисленные тенденции. Современный спорт и социальный конфликт.

28. Проблематика дифференциации современного спортивного движения и научно-теоретического обеспечения массового и спорта высших достижений.

Профессионализация спорта высших достижений. Проблематика массового и адаптивного спорта. Гуманистические ценности спорта. Соответствие системы подготовки спортсмена к главным соревнованиям, географическим и климатическим условиям их проведения. Проблема спортивного травматизма.

29. Особенности профессионального и любительского спорта.

Характеристика понятий профессиональный и любительский спорт, профессиональный спортсмен, профессиональный коммерческий спорт. Профессиональный спорт в Олимпийском движении. Основные отличия между профессиональным и любительским спортом. Управление профессиональным спортом. Актуальные проблемы профессионального спорта.

30. Система научного знания о физической культуре и спорте.

Современная система наук, изучающая физическую культуру и спорт. Роль и значение гуманитарных, естественнонаучных, педагогико-психологических наук в развитии теории и методики физической культуры и спорта. Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте. Сущность эволюционного, системного и синергетического подходов в изучении физической культуры и спорта, их значение в получении нового знания.

31. Педагогические методы исследования в области физической культуры и спорта, их назначение и краткая характеристика.

Краткая характеристика педагогических методов исследования: анализа научно-методической литературы, документальных и архивных материалов; педагогического наблюдения; опроса (беседы, интервью и анкетирования), педагогического эксперимента (констатирующего и формирующего), контрольно-педагогических испытаний.

32. Психологические проблемы на различных этапах многолетней спортивной подготовки и способы их решения.

Понятие о проблеме. Основные группы проблем в спорте. Психологические проблемы на этапе начальной спортивной специализации, на этапе углубленной тренировки, на этапе кульминации спортивной карьеры, на заключительном этапе спортивной карьеры. Алгоритм решения проблемных ситуаций.

33. Информационно-компьютерные технологии в решении научных задач спорта высших достижений.

Принципы построения информационно-компьютерных технологий. Технические аспекты компьютеризации. Компьютерные технологии сбора, обработки, хранения и передачи экспериментальных данных в научных и образовательных целях. Основные направления применения информационно-компьютерных технологий при планировании достижений высоких спортивных результатов.

34. Работоспособность и утомление спортсмена.

Понятие работоспособность. Физическая и психическая работоспособность, методы ее оценки. Проблема утомления и восстановления при физических нагрузках. Признаки утомления. Переутомление как патологическое состояние организма. Восстановительные мероприятия у квалифицированных спортсменов.

35. Принципы спортивной тренировки.

Сущность общей и специальной подготовки; направленность на максимально возможные достижения; углубленная специализация и

индивидуализация; непрерывность тренировочного процесса; единство постепенности и предельности наращивания тренировочных нагрузок; волнообразность динамики нагрузок и цикличность тренировочного процесса.

36. Диагностика, контроль и управление в спортивной деятельности с использованием компьютерных технологий.

Классификация компьютерных технологий, используемых в научных исследованиях. Программное обеспечение компьютерной диагностики в спорте. Информационные аспекты комплексного контроля в спорте. Автоматизированные методы функциональной диагностики в спорте. Контроль функционального, оптимизация тренировочных нагрузок, моделирование и тестирование подготовленности спортсменов.

37. Принципы организации отбора и ориентации спортсменов в процессе многолетней спортивной подготовки.

Особенности и специфика отбора в избранном виде спорта. Этапы отбора. Особенности отбора в детско-юношеском спорте и спорте высших достижений.

38. Правовое регулирование системы физической культуры и спорта в Российской Федерации.

Структура российского законодательства в области физической культуры и спорта. Характеристика федерального Закона «О физической культуре и спорте в РФ» как основного нормативного документа в сфере ФКиС. Нормативные правовые акты федеральных органов исполнительной власти. Региональный уровень законодательства о физической культуре и спорте (законодательство субъектов РФ). Локальные нормативно-правовые акты, регулирующие отношения в сфере физической культуры и спорта.

39. Соревнования в системе многолетней подготовки квалифицированных спортсменов.

Спортивное соревнование как деятельность в экстремальных условиях. Характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Моделирование соревновательной деятельности у квалифицированных спортсменов.

40. Периодизация многолетней подготовки спортсменов высокой квалификации. Макро, мезо, микроциклы в системе подготовки.

Многолетняя подготовка квалифицированных спортсменов. Периодизация годичной подготовки как, основа формирования эффективной долговременной адаптации. Специфичное формирование адаптационных реакций в годичной подготовке в избранном виде спорта. Современные подходы к совершенствованию спортивного мастерства квалифицированных спортсменов в годичных тренировочных циклах.

41. Понятие спортивной формы, этапы ее развития.

Специфика и особенности формирования спортивной формы в избранном виде спорта. Процесс развития спортивной формы: приобретение, сохранение (относительная стабилизация) и временная утрата спортивной формы. Периодизация тренировочного процесса: подготовительный, соревновательный и переходный периоды.

42. Общая характеристика средств и методов спортивной тренировки.

Физические упражнения как основное специфическое средство спортивной тренировки, их классификация, форма и содержание. Методы в спортивной тренировке. Методы строго-регламентированного упражнения (обучения и развития физических качеств), игровой, соревновательный и метод круговой тренировки.

43. Компоненты тренировочной нагрузки (характер упражнений и интервалов отдыха, объем, интенсивность и продолжительность нагрузки).

Понятие «физическая нагрузка». Физиологическая и педагогическая характеристики тренировочных нагрузок. Характеристики основных показатели, определяющих нагрузку – объем и интенсивность. Характер и интервалы отдыха в процессе занятий и между ними. Специфика реакции организма на соревновательные нагрузки в избранном виде спорта.

44. Характеристика параметров тренировочной нагрузки на различных этапах подготовки спортсмена.

Характеристика нагрузок, применяемых в избранном виде спорта. Динамика тренировочных нагрузок на разных этапах подготовки спортсмена. Взаимосвязь объема и интенсивности тренировочной нагрузки у спортсменов различного возраста, пола и квалификации. Соотношения средств ОФП и СФП на различных этапах тренировочного процесса.

45. Теоретико-методические основы развития (воспитания) двигательных способностей человека.

Понятие о двигательных способностях и физических качествах человека, их взаимосвязь. Возрастные особенности развития и факторы, определяющие проявление двигательных способностей. Основы методики развития (воспитания) силовых, скоростных, двигательного-координационных способностей, выносливости и гибкости. Критерии и способы оценки.

46. Двигательные реакции спортсменов, механизмы их функционирования.

Понятие «двигательная реакция». Виды двигательных реакций. Механизмы функционирования простой и сложных видов двигательной

реакции. Характеристика скрытого периода и моторного компонента двигательной реакции. Условия для формирования двигательных реакций.

47. Спортивно-педагогическое тестирование физической подготовленности квалифицированных спортсменов.

Методы тестирования уровня и динамики двигательных способностей квалифицированных спортсменов. Определения уровня развития двигательных способностей с учетом специфики избранного вида спорта.

48. Теоретико-методические основы обучения двигательным действиям.

Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Отличительные черты и закономерности формирования двигательных умений и навыков. Взаимодействие (перенос) навыков. Структура процесса обучения двигательным действиям: этапы процесса обучения движениям и их характеристика.

49. Особенности тактического мастерства квалифицированных спортсменов в различных видах спорта.

Понятие «Спортивная тактика». Характеристика структурных компонентов спортивной тактики. Связь тактики с другими видами подготовленности спортсмена. Механизмы реализации тактического действия. Характеристика вариативных схем реализации тактического действия. Проблемные вопросы определения природы проявления ошибки при реализации тактического действия.

50. Понятие и структура конфликта. Основные причины и способы разрешения конфликтов в спортивной деятельности.

Понятие о конфликте в общении. Основные структурные компоненты конфликта. Завершение и разрешение конфликта. Причины и виды конфликтов. Стратегии поведения в конфликтах. Предупреждение и преодоление конфликтов. Нетрадиционные способы решения конфликтных ситуаций.

Практико-ориентированные задания для формирования билетов к государственному экзамену по направлению подготовки 49.04.03 – «Спорт». Направленность (профиль программы): «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта»

1. Ситуационная задача. Дайте психологическую характеристику избранного вида спорта, исходя из деятельностного, предметно-ценностного и результативного подходов к ее изучению.

2. Ситуационная задача. Подберите методики для изучения функциональной асимметрии спортсмена (двигательные тесты, опросники психофизиологические методы, компьютерные диагностические комплекс) и дайте им краткую характеристику.

3. Ситуационная задача. Подберите методики для диагностики свойств нервной системы. Опишите процедуру проведения методики изучения силы-слабости нервной системы – Теппинг-тест.

4. Ситуационная задача. Какой закон мотивации иллюстрирует рисунок? Опишите его. Приведите пример его проявления в спортивной деятельности.



5. Ситуационная задача. Определите, какие из предложенных ниже мотивов доминируют на начальном этапе занятий спортом. Свой выбор обоснуйте.

- 1) социальные установки (мода на спорт, семейные спортивные традиции...).
- 2) мотивы, связанные с условиями среды (близость секции...).
- 3) достижения успеха и избегания неудач.
- 4) материального и морального стимулирования.
- 5) эмоциональная привлекательность физических упражнений.

6. Ситуационная задача. Предложите методы для изучения двигательных сенсомоторных реакций, дайте им краткую характеристику.

7. Ситуационная задача. Предложите методики для изучения свойств внимания спортсмена, дайте им краткую характеристику.

8. Ситуационная задача. Проанализируйте пример нарушения спортивной этики. Приведите пример этичного поведения спортсмена, который был награжден специальной премией Fair Play

«В матче регулярного чемпионата КХЛ между чеховским «Витязем» и омским «Авангардом» произошла грандиозная потасовка. За 3 минуты 37 секунд, проведенных на льду, команды набрали 637 минут штрафа, установив рекорд российского хоккея. В составе «Витязя» до конца матча были удалены 10 хоккеистов, в составе «Авангарда» - 9. Спустя три секунды после вто-

рой драки хоккеисты вновь скинули перчатки и заработали еще 34 минуты штрафа. В итоге, ввиду невозможности дальнейшего проведения матча, игра закончена»

9. Ситуационная задача. Проанализируйте возникшую конфликтную ситуацию (выделите конфликтующие стороны, определите вид конфликта, обозначьте его основные причины, предмет столкновения и стратегии поведения в конфликте) и предложите способы ее разрешения

«В 2009 году Динара Сафина (теннис) сместила Сирену Уильямс с первой строчки мирового рейтинга. Россиянка не сказала об С.Уильямс ни одного плохого слова, но Сирена вылила на нее ведро помоев, заметив, что Д.Сафина не выиграла столько крупных турниров, как она «Мы все знаем, кто настоящий номер один в мире. Честно говоря, это я лучшая в мире. Кто самый опасный для меня соперник? Пожалуй, я сама»

10. Ситуационная задача. Определите, о каком стиле руководства тренера (авторитарном, демократическом или либеральном) идет речь в примерах. Какой стиль является наиболее эффективным?

1) Тренер привлекает спортсменов к принятию решений, считается с их мнением, поощряет самостоятельность, в качестве методов воздействия использует совет

2) Тренер все решает единолично, устанавливает жесткий контроль за выполнением своих требований, не учитывает педагогической ситуации и мнения спортсменов, в качестве методов воздействия использует приказ, поручение или распоряжение

3) Тренер уходит от самостоятельного принятия решений, передает инициативу спортсменам или коллегам, спонтанно организует и контролирует деятельность спортивного коллектива.

11. Ситуационная задача. Выделите типичные трудности в решении коммуникативных и организаторских задач тренера и предложите пути их преодоления.

12. Ситуационная задача. Составьте психологический портрет личности выдающегося спортсмена, используя библиографический метод, наблюдение, интервью, видеоматериалы, интернет-ресурсы и др.

13. Ситуационная задача. Исходя из описаний предпочитаемых видов спорта и особенностей поведения в тренировочной и соревновательной деятельности, определите тип темперамента спортсмена. Сформулируйте рекомендации для индивидуализации подготовки этого спортсмена.

Спортсмен этого типа темперамента предпочитает высокоэмоциональные виды спорта (баскетбол, спринт), интенсивные и темповые движения.

Они охотно и с увлечением начинают заниматься избранным видом спорта, но энтузиазм быстро исчезает. Такие спортсмены неохотно выполняют длительную тренировочную работу на силу и выносливость, но способны многократно повторять трудное и опасное упражнение, если оно вызвало интерес. Их соревновательные результаты недостаточно стабильны.

14. Ситуационная задача. Соотнесите характеристику психического явления с понятиями:

1) Это комплексное внутреннее свойство, которое позволяет спортсмену стабильно и эффективно выступать на ответственных соревнованиях в течение определенного времени.

2) Свойство личности, способствующее сохранению физической, психической работоспособности при воздействии эмоциогенных факторов.

3) Индивидуально-психологические особенности личности, формирующиеся и развивающиеся в процессе овладения специфической спортивной деятельностью и являющиеся предпосылками ее успешности.

4) Совокупность устойчивых, индивидуально-своеобразных свойств человека, определяющих динамику его психической деятельности.

Темперамент, способности, стрессоустойчивость, психическая надежность

15. Ситуационная задача. «Тренер или психолог – может ли тренер заменить психолога?»

1) определить основные функции тренера и психолога в спорте;

2) охарактеризовать причины неэффективного взаимодействия в системе «тренер – спортсмен – психолог».

16. Ситуационная задача. Проанализируйте приведенные примеры регуляции психических состояний и объясните в чем их целесообразность или нецелесообразность?

1) К. Феркек (голландский конькобежец) вспоминает. «Накануне ответственного соревнования вечером Эдди Фейрхейн предложил немного прогуляться вдвоем. Я отказался: «Лучше я пойду один». Позже я пожалел об этом, но в тот момент не мог иначе. Очень нервничал. Пойди мы вместе, может быть, рассеялся бы за разговорами, но мне хотелось, как всегда, остаться одному. Что делать, такая уж моя «система» подготовки. «Система», позволяющая, на мой взгляд, лучше сконцентрироваться. Утром в субботу я уже чувствовал себя превосходно. Встал в отличном настроении и постоянно твердил себе: «Сегодня я должен выиграть».

2) Участвуя в соревнованиях по боксу, спортсмен Х. применял аутогенную тренировку (за несколько минут до выхода на ринг) и задремал, считая, что это даст ему отдых и позволит лучше выступить.

3) Во время соревнований по легкой атлетике спортсмен А. очень волновался перед выполнением прыжка в высоту. Чтобы успокоиться, он решил отвлечься и перед выходом на старт стал разговаривать со своим то-

варищем о кинокартине, которую они смотрели несколько дней назад.

17. Ситуационная задача. Проанализируйте фактический материал и определите, кто из спортсменов лучше владеет приемом идеомоторной подготовки и почему?

Время (в секундах) действительного и идеомоторного выполнения комбинаций обязательной программы по спортивной гимнастике показано в таблице.

Виды многоборья	Спортсмен В			Спортсмен С		
	действит. выполнен.	идеомот. выполнен.	разница	действит. выполнен.	идеомот. выполнен.	разница
Конь	22,0	22,2	0,2	21,8	15,6	6,2
Кольца	39,1	39,6	0,5	36,2	26,0	8,2
Опорный прыжок	4,9	5,0	0,1	5,9	3,4	2,5
Брусья	24,2	24,6	0,4	24,0	18,4	5,6
Перекладина	34,3	35,0	0,7	32,6	27,0	5,6

18. Ситуационная задача. Соотнесите указанные задачи с видами психологической подготовки (общей и специальной) и обоснуйте свой выбор.

Задачи психологической подготовки:

- 1) формирование уверенности спортсмена.
- 2) воспитание волевых качеств.
- 3) поддержание оптимального уровня эмоционального возбуждения.
- 4) актуализация готовности к максимальным волевым усилиям.
- 5) овладение приемами саморегуляции неблагоприятных психических состояний.
- 6) постановка цели участия в соревнованиях.
- 7) формирование мотивации спортивной деятельности
- 8) использование идеомоторной тренировки.

19. Ситуационная задача. Из предложенного перечня психических явлений выберите признаки психической готовности:

- 1) высокая помехоустойчивость.
- 2) стремление бороться до конца за достижение поставленной цели.
- 3) непосредственное и опосредованное противоборство.
- 4) оптимальный уровень эмоционального возбуждения.
- 5) потребность в движении.
- 6) экстраверсия.
- 7) твердая уверенность в своих силах.
- 8) способность к саморегуляции.

20. Ситуационная задача. Укажите, какие из перечисленных приемов саморегуляции следует использовать спортсмену при состоянии предстартовой лихорадки, а какие – при предстартовой апатии. Свой выбор обоснуйте.

- 1) приемы саморегуляции:
- 2) специальная разминка с включением упражнений большой амплитуды.
- 3) успокаивающий самомассаж.
- 4) интенсивная специальная разминка.
- 5) отвлечение и переключение.
- 6) резкие, быстрые движения в разном темпе.
- 7) дыхательные упражнения с глубоким вдохом и медленным выдохом.
- 8) сосредоточение взгляда на сине-зеленых тонах.
- 9) прослушивание любимых мелодий.

21. Ситуационная задача. Определите, исходя из описания, о каком психическом явлении идет речь. Обоснуйте его значимость в различных видах спорта.

«Способность действовать с определенным пространственно-временным опережением (предвидеть ожидаемые действия противника). От нее зависит успешность и эффективность технико-тактических действий. Она позволяет спортсмену мысленно представить ожидаемую ситуацию или ее фрагменты и тем самым устранить неопределенность в своих действиях, увеличить уверенность в достижении цели».

22. Ситуационная задача. Укажите, какие психологические признаки соответствуют предстартовому состоянию лихорадка:

- 1) чувство уверенности в себе.
- 2) беспричинная суетливость.
- 3) неспособность контролировать мысли.
- 4) излишняя самоуверенность.
- 5) чрезмерная спокойность.
- 6) высокий уровень эмоционального возбуждения.
- 7) желание соревноваться.

23. Ситуационная задача. Исходя из характеристики методов психорегуляции, определите о каком из них идет речь:

1) Сущность метода составляет мысленная тренировка с помощью представления движения. Его специфика состоит в том, что при представлении движения в организме спортсмена происходят незаметные глазу микросокращения мышц, вызываемые образами движений и действий,

2) Метод основан на самовнушении в состоянии релаксации или гипнотического транса в его основе лежит механизм самовнушения. Основателем является И.Шульц.

3) Это метод психического самовнушения, разработанный А.В.Алексеевым, который направлен на совершенствование двигательных представлений за счет сосредоточения внимания и обеспечения сознательного контроля движений.

4) Основное содержание метода составляют словесные формулы, которые направлены на создание состояния пониженной активности различных систем организма.

5) Этот метод целесообразно использовать при обучении новым сложным двигательным действиям, при исправлении ошибок, для освоения и совершенствования технико-тактических комбинаций.

24. Ситуационная задача. Определите, к какому виду запроса относятся следующие обращения к спортивному психологу?

- 1) «Хочу больше никогда не ошибаться?»
- 2) «Помогите моему сыну выиграть на соревнованиях».
- 3) «Я очень тревожен, можно ли от этого избавиться?»
- 4) «Помогите моему ребенку выбрать вид спорта».
- 5) «Научите меня управлять эмоциями».
- 6) «Хочу освободиться от страха травмы и начать с полной отдачей тренироваться».

25. Ситуационная задача.

Соотнесите проявления факторов с кризисами спортивной карьеры.

Кризисы	№	Факторы
Кризис начала спортивной карьеры	1	Взрослые соревнования, перестройка образа жизни, его подчинение спорту, спортивные цели в приоритете.
Кризис перехода к углубленной тренировке	2	Перестройка образа «Я», осознание личностной ценности, формирование профессиональной подготовки, перестройка личных отношений
Кризис перехода от кульминации к финишу	3	Адаптация к требованиям вида спорта, оценка способностей, расхождение ожиданий, необходимость быстро овладеть техникой, зарекомендовать себя в первых соревнованиях, страхи.
Кризис перехода из любительского спорта в профессиональный	4	Необходимость адаптации к тренировочным нагрузкам, обновление технического арсенала, увеличение конкуренции, проблема двойной карьеры.
Предварительная спортивная подготовка	5	Поиск новых ресурсов, подготовка и уход из спорта, повышение тревоги.
Кризис завершения спортивной карьеры	6	Формирование отношения к спорту, оценка своих перспектив, определение специализации, отбор в специализированные группы.
Кризис перехода из массового спорта в спорт высших достижений	7	Работа по контракту, демонстрация себя, поиск средств поддержания работоспособности, необходимость социокультурной адаптации, высокой самоорганизации.

Критерии оценки результатов сдачи государственного экзамена

Государственный экзамен оценивается по четырехбалльной шкале: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно». Экзаменуемому предлагается (на выбор) один билет, в котором содержится два вопроса и ситуационная задача.

Итоговая оценка за экзамен исчисляется как среднее арифметическое от выставленных оценок по отдельным вопросам с учетом результатов обсуждения и принимается большинством голосов членов комиссии.

Решение комиссией принимается простым большинством голосов членов ГЭК, участвующих в заседании. При равном числе голосов председательствующий обладает правом решающего голоса.

Критерии оценивания результатов сдачи магистрантами государственного экзамена

Оценка	Критерии оценки
«Отлично»	Оценка «отлично» ставится, если магистрант: - показывает высокий уровень компетентности, знания программного материала, учебной, периодической и монографической литературы, законодательства и практики его применения, раскрывает не только основные понятия и анализирует их с точки зрения различных авторов. - показывает не только высокий уровень теоретических знаний по дисциплинам, включенным в итоговый государственный экзамен по специализации, но и видит междисциплинарные связи. - профессионально, грамотно, последовательно, хорошим языком четко излагает материал, аргументировано формулирует выводы. - знает, в рамках требований к специальности, законодательно-нормативную и практическую базу. - на вопросы членов комиссии отвечает кратко, аргументировано, уверенно, по существу.
«Хорошо»	Оценка «хорошо» ставится, если магистрант: - показывает достаточный уровень компетентности, знания лекционного материала, учебной и методической литературы, законодательства и практики его применения. - уверенно и профессионально, грамотным языком, ясно, четко и понятно излагает состояние и суть вопроса. - знает нормативно-законодательную и практическую базу, но при ответе допускает несущественные погрешности. - показывает достаточный уровень профессиональных

	знаний, свободно оперирует понятиями, методами оценки принятия решений. - имеет представление о междисциплинарных связях, увязывает знания, полученные при изучении различных дисциплин, умеет анализировать практические ситуации, но допускает некоторые погрешности. - ответ построен логично, материал излагается хорошим языком, привлекается информативный и иллюстрированный материал, но при ответе допускает некоторые погрешности. - вопросы, задаваемые членами экзаменационной комиссии, не вызывают существенных затруднений. Допускается 1-2 незначительные ошибки.
«Удовлетворительно»	Оценка «удовлетворительно» ставится, если магистрант: - показывает достаточные знания учебного материала, но при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. - на поставленные членами комиссии вопросы отвечает неуверенно, допускает погрешности. - выпускник владеет практическими навыками, привлекает иллюстративный материал, но чувствует себя неуверенно при анализе междисциплинарных связей. В ответе не всегда присутствует логика, аргументы недостаточно веские. - на поставленные комиссией вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания. Допускается не более 3-4 ошибок.
«Неудовлетворительно»	Оценка «неудовлетворительно» ставится, если магистрант: - показывает слабые знания учебного материала, законодательства и практики его применения, низкий уровень компетентности, неуверенное изложение вопроса. - имеет слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций; не может привести примеры из реальной практики. - неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные членами комиссии вопросы или затрудняется с ответом. Отказывается от ответа. Ставится при наличии свыше пяти ошибок

4.2. Рекомендации по выполнению магистерской диссертации.

Основные положения о магистерской диссертации

Магистерская диссертация представляет собой выпускную квалификационную работу научного содержания, которая имеет внутреннее единство и отражает ход и результаты разработки выбранной темы.

Студенту – магистранту предоставляется право выбора темы диссертации вплоть до предложения своей темы с необходимым обоснованием целесообразности ее разработки. В работе могут рассматриваться различные проблемы и аспекты (педагогические, психологические, физиологические и др.) избранного вида деятельности.

Тема магистерской диссертации должна соответствовать выбранному магистрантом направлению и профилю подготовки.

Темы согласовываются с научными руководителями и заведующим кафедрой, на которой будет выполняться диссертация.

Темы магистерских диссертаций закрепляются за студентами на основании их личных заявлений, написанных на имя декана (с подписью научного руководителя и заведующего кафедрой, на которой выполняется работа) не позднее 1 ноября первого года обучения на очном отделении (не позднее даты окончания первой экзаменационной сессии для магистрантов, обучающихся заочно).

Темы утверждаются приказом ректора академии в 3-м семестре для очного обучения и в 4-м семестре для заочного обучения.

Научное руководство выполнением магистерских диссертаций осуществляется только преподавателями, имеющими ученую степень или ученое звание. Допускается совместное руководство ВКР преподавателями выпускающих кафедр и преподавателями других кафедр. В этом случае нагрузка делится в равных долях каждому преподавателю.

Смена научного руководителя на выпускном (втором) курсе магистратуры не допускается.

Итоги выполнения магистерской диссертации должны быть отражены в публикациях (одна публикация обязательна).

Текст выпускной квалификационной работы подлежит обязательной проверке на объём заимствования (без титульного листа, списка литературы и приложений). Объём оригинального текста должен быть не менее 50%.

Проверка на объём заимствования проводится студентом самостоятельно с помощью программ антиплагиата (например, www.antiplagiat.ru). Отчет о проверке на объём заимствования представляется в форме результата проверки программы (screenshot).

Тексты магистерской диссертации размещаются в электронно-библиотечной системе Академии не позднее, чем за 5 дней до защиты.

С автором выпускной квалификационной работы заключается договор о согласии на размещение его работы в электронно-библиотечной системе университета.

Законченная, оформленная и подписанная автором работа вместе с аннотацией представляется научному руководителю не позднее, чем за месяц до защиты.

Научный руководитель подписывает и с письменным отзывом руководителя и рефератом-аннотацией (3-5 стр.) студент направляет ее заведующему кафедрой, на которой выполнялась работа, не позже, чем за три недели до защиты.

Заведующий кафедрой, на основании представленных материалов, решает вопрос о допуске студента к защите или возвращает на доработку.

Магистерская диссертация, подписанная заведующим кафедрой, представляется в деканат не позднее, чем за одну неделю до государственных экзаменов (защиты ВКР).

Магистерские диссертации подлежат рецензированию.

Для проведения рецензирования магистерская диссертация направляется рецензенту из числа лиц, не являющихся работниками кафедры, либо организации, в которой выполнена выпускная квалификационная работа. Рецензент проводит анализ диссертационной работы и представляет в деканат письменную рецензию на указанную работу.

В случае непредставления работы в деканат в установленные сроки студент не допускается к защите.

В государственную экзаменационную комиссию не позднее, чем за два календарных дня до защиты выпускных квалификационных работ представляются следующие документы:

- магистерская диссертация, оформленная в соответствии с Положением, разработанным в университете;
- отзыв научного руководителя о выполнении магистрантом диссертации;
- рецензия на магистерскую диссертацию;
- договор о передаче (отчуждении) исключительных прав на Произведение (магистерскую диссертацию);
- акт приема-передачи диссертации в библиотеку университета для размещения ее в электронно-библиотечной системе;
- отчет о проверке на объём заимствования, подписанный руководителем магистерской диссертации и заведующим кафедрой;
- библиографическое описание магистерской диссертации;

Общий объем диссертационной работы без литературы и приложений должен быть не менее 50 страниц.

Структура выпускной квалификационной работы

Магистерская диссертация экспериментального плана имеет следующую структуру:

Титульный лист

Реферат-аннотация магистерской диссертации. Это краткая характеристика работы (3-5 страниц). Здесь находят отражение: актуальность, объект и предмет исследования, рабочая гипотеза, цель и

задачи исследования, методы и организация исследования, основные положения, выносимые на защиту, выводы, апробация и внедрение результатов исследования, структура и объем диссертации. Реферат-аннотация подписывается студентом-исполнителем.

Оглавление работы

Введение (актуальность выбранной темы, цель, объект и предмет исследования, гипотеза, задачи, научная новизна (если имеется), практическая значимость работы). Заканчивается введение формулировкой положений, выносимых на защиту, приводится список публикаций по теме работы, а также структура и объем диссертации. Объем введения 3-5 стр.

Глава 1. Состояние вопроса (обзор литературы). Включает материалы анализа и обобщения научно-методической литературы по изучаемой проблеме. Обзор литературы по материалам не менее 70 источников (объем 14-18 стр.).

Глава 2. Методы и организация исследования. В ней дается характеристика методов исследования, необходимых для решения поставленных задач, описывается контингент испытуемых, выделяются этапы организации исследования. Объем главы не менее 5-8 страниц.

Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение.

В этой главе подробно излагаются результаты собственных исследований, проводится их анализ и обсуждение. Результаты следует иллюстрировать таблицами и рисунками. Описание результатов должно включать объяснение возможных причин и механизмов установленных фактов и закономерностей. Объем главы: 18 - 23 страницы.

Выводы должны быть сделаны в соответствии с поставленными в работе задачами. По каждой задаче может быть несколько итоговых положений (выводов). Полученные выводы подтверждаются количественными показателями (процентное соотношение, достоверность различий, коэффициент корреляции и др.). Объем: 2-3 страницы.

Практические рекомендации. Здесь раскрываются возможности внедрения результатов в практику физической культуры и спорта или других сфер деятельности, даются указания и рекомендации тренерам, спортсменам, руководителям или тому контингенту лиц кому может быть адресовано проведенная работа на основе новых, полученных в исследовании данных, которые могут способствовать повышению эффективности их работы. Объем: 2-3 страницы.

Литература. Включает библиографическое описание литературных источников (не менее 70 наименований), использованных автором, в том числе последних 5-10 лет издания. Библиографическое описание источников, включенных в список литературы, производится в соответствии с общепринятыми правилами, которые определяет ГОСТ 7.1-2003.

Приложения. В этом разделе помещается вспомогательный материал (таблицы, протоколы наблюдений, результаты тестирования испытуемых, образцы анкет, графический материал, рисунки, фотографии и другой иллюстративный материал). Они оформляются в соответствии с ГОСТ 2.105.

Порядок защиты магистерских диссертаций осуществляется в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

- Федеральными государственными образовательными стандартами по направлениям подготовки магистров;

- Порядком проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 25.06.2015 г. № 636.

- Положением о государственной итоговой аттестации выпускников ФГБОУ ВО «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма» от 29 марта 2016 г.

- ГОСТ Р 7.0.11-2011 Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Диссертация и автореферат диссертации. Структура и правила оформления.

- ГОСТ 7.1-2003 Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила оформления.

- ГОСТ 2.105-95 Единая система конструкторской документации. Общие требования к текстовым документам.

Процедура защиты магистерской диссертации

Защита магистерской диссертации является последним по порядку испытанием государственной итоговой аттестации выпускников и проводится в соответствии с расписанием государственных аттестационных испытаний, утвержденным проректором по учебно-методической работе.

Подготовленная магистерская диссертация, переплетенная в твердую обложку, представляется в деканат соответствующего факультета в одном экземпляре не позднее, чем за 1(одну) неделю до дня ее защиты по расписанию.

Обнаружение неправомерных заимствований в тексте ВКР, не оформленных надлежащими ссылками на первоисточники, а также фальсификация результатов проверки, является основанием для отказа в допуске студента к защите.

Подготовленная магистерская диссертация вместе с отзывом руководителя, рефератом-аннотацией должна быть сдана методистом деканата секретарю комиссии не позднее, чем за 2 (два) календарных дня до дня защиты работы по расписанию.

Отрицательный отзыв руководителя магистерской диссертации не влияет на допуск к защите. Оценку по результатам защиты магистерской диссертации выставляет комиссия. Автор магистерской диссертации имеет право ознакомиться с отзывом руководителя о его работе не позднее 5 календарных дней до начала процедуры защиты.

Защита магистерской диссертации проводится на открытом заседании комиссии с участием не менее двух третей ее состава.

Процедура защиты предполагает подготовку доклада и презентации хода и итогов проведенного в работе исследования. Доклад формируется в текстовой форме с применением рисунков, таблиц. В докладе магистрант раскрывает актуальность темы исследования, кратко представляет методологические характеристики исследования, представляет основные результаты исследования и раскрывает содержание рекомендаций по совершенствованию профессиональной деятельности на основании полученных в ходе исследования данных. При защите могут представляться дополнительные материалы, характеризующие научную и практическую ценность выполненной работы (печатные статьи по теме, документы, указывающие на практическое применение результатов работы и т.п.), использоваться технические средства для презентации материалов магистерской диссертации.

Презентация выполняет функцию иллюстрации доклада и представляет собой логическую последовательность слайдов, содержащих информацию в текстовой, графической, табличной форме по ключевым этапам доклада. Презентация дополняет и углубляет излагаемый магистрантом материал.

Обязательные элементы процедуры защиты:

- выступление автора магистерской диссертации;
- оглашение отзыва руководителя.

Для сообщения по содержанию магистерской диссертации студенту отводится не более 10 минут. После оглашения официального отзыва студенту должно быть предоставлено время для ответа на замечания, имеющиеся в отзыве.

Вопросы членов комиссии выпускнику, защищающему магистерскую диссертацию, должны находиться в рамках ее темы и предмета исследования.

На открытой защите магистерской диссертации могут присутствовать все желающие, которые вправе задавать студенту вопросы по теме защищаемой работы.

Общая продолжительность защиты магистерской диссертации не должна превышать 0,5 часа.

Комиссия выставляет оценку за защиту магистерской диссертации на закрытом заседании. При выставлении оценки комиссия руководствуется критериями оценки магистерской диссертации, содержащимися в настоящей программе государственной итоговой аттестации.

Оценки по итогам защиты магистерской диссертации объявляются председателем комиссии в день защиты после оформления в установленном порядке протокола заседания комиссии.

По результатам итоговой государственной аттестации выпускника комиссия принимает решение, которое оформляется протоколом, о присвоении ему (ей) квалификации по направлению подготовки и о выдаче диплома магистра (в том числе диплома с отличием).

После защиты секретарь комиссии сдает магистерские диссертации вместе с отзывом руководителя в деканат, который передает их на хранение в архив ВУЗа.

Итоги защит магистерских диссертаций ежегодно обсуждаются на заседаниях выпускающих кафедр и Ученого совета ВУЗа.

С учетом отчетов председателей комиссий по защитах предлагаются меры по совершенствованию организационной и методической работы, связанной с их выполнением.

Критерии оценки результатов защиты магистерской диссертации

Защита магистерской диссертации оценивается по четырехбалльной шкале: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценивания результатов защиты

Оценка	Критерии оценки
«Отлично»	Оценка «отлично» ставится, если магистрант: - демонстрирует глубокие и полные теоретические знания в соответствии с содержанием магистерской диссертации; - дает исчерпывающие ответы на вопросы по докладу, демонстрирует знание альтернативных точек зрения по исследуемой проблеме в сфере физической культуры и спорта; - владеет научной терминологией и безошибочным содержанием используемых терминов; - умеет аргументировать актуальность и практическую значимость исследования; - умеет аргументировать выводы, сделанные в результате проведенного исследования; - обнаруживает твердые навыки и умение приложить теоретические знания к практическому их применению в сфере физической культуры и спорта; - грамотно аргументирует использование в магистерской диссертации методов исследования и математико-статистической обработки данных; - излагает материал доклада свободно, логично и грамотно; - представляет магистерскую диссертацию, оформленную в соответствии с требованиями; - аккуратно и грамотно оформил иллюстрации к докладу; - получил отзыв научного руководителя и официальную рецензию с высокой оценкой выполнения магистерской диссертации.

«Хорошо»	Оценка «хорошо» ставится, если магистрант: - демонстрирует глубокие и полные теоретические знания в соответствии с содержанием магистерской диссертации; - дает полный ответ на поставленные вопросы по докладу, демонстрирует знание основных альтернативных точек зрения по исследуемой проблеме в сфере физической культуры и спорта; - в целом владеет научной терминологией, но в отдельных случаях не может раскрыть содержание используемых терминов; - умеет аргументировать выводы, сделанные в результате проведенного исследования; - нечетко и неполно раскрывает отдельные факты из результатов собственного исследования; - грамотно, логично излагает материал. - не умеет грамотно аргументировать использование методов исследования и обработки результатов; - представил магистерскую диссертацию с техническими погрешностями; - имеет незначительные замечания по оформлению иллюстраций к докладу; - получил положительный отзыв научного руководителя и официальную рецензию без принципиальных замечаний по выполнению магистерской диссертации.
«Удовлетворительно»	Оценка «удовлетворительно» ставится, если магистрант: - демонстрирует недостаточные теоретические знания по теме магистерской диссертации; - дает недостаточно полный ответ на поставленные вопросы по докладу, демонстрирует знание отдельных, не всегда наиболее важных альтернативных точек зрения по исследуемой проблеме в сфере физической культуры и спорта; - испытывает затруднения при попытках аргументировать выводы, сделанные в результате собственного исследования; - недостаточно владеет научной терминологией и часто испытывает затруднения при определении содержания используемых терминов; - испытывает затруднения в объяснении методов исследования и математико-статистической обработки данных; - в целом способен логично изложить материал, однако допускает существенные ошибки с точки зрения логической последовательности;

	- допустил нарушения в оформлении магистерской диссертации (технические погрешности, несоответствие списка литературы цитированию ее в тексте, несоответствие требованиям структуры работы и т.д.); - имеет серьезные замечания по оформлению иллюстраций к докладу; - получил отзыв научного руководителя и официальную рецензию с низкой оценкой выполнения магистерской диссертации.
«Неудовлетворительно»	Оценка «неудовлетворительно» ставится, если магистрант: - демонстрирует в ответах на вопросы к докладу отсутствие знаний по теме исследования; - не отвечает на поставленные вопросы к докладу, либо дает ответы, которые ошибочны или носят фрагментарный характер; - не способен оценить значение анализируемого явления для практики профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта; - не в состоянии аргументировать ключевые положения ответа, сделать самостоятельные выводы и рекомендации; - не владеет научной терминологией, не способен определить содержание используемых терминов; - показал незнание принципов использованных в работе методов исследования и обработки данных; - не может логично изложить материал; - представил выпускную квалификационную работу, оформленную без соблюдения требований; получил отрицательный отзыв научного руководителя и официальную рецензию с рекомендуемой рецензентом оценкой «неудовлетворительно».

Примерная тематика магистерских диссертаций

1. Психологические особенности спортсменов различных возрастных групп.
2. Мотивационно-потребностная сфера личности спортсменов и особенности ее формирования в процессе занятий избранным видом спорта.
3. Особенности формирования интереса у спортсменов к занятиям избранным видом спорта.
4. Особенности развития ощущений у спортсменов в процессе занятий избранным видом спорта.
5. Особенности развития восприятия у спортсменов в процессе занятий избранным видом спорта.
6. Особенности развития памяти у спортсменов в процессе занятий из-

бренным видом спорта.

7. Особенности развития мышления у спортсменов в процессе занятий избранным видом спорта.

8. Особенности развития интеллекта у спортсменов в процессе занятий избранным видом спорта.

9. Психомоторная сфера личности спортсменов и особенности ее формирования в процессе занятий избранным видом спорта.

10. Специализированные восприятия спортсменов и особенности их формирования в спортивной деятельности.

11. Сенсомоторные реакции спортсменов и особенности их формирования в процессе занятий избранным видом спорта.

12. Особенности формирования проприоцептивной чувствительности спортсменов в процессе занятий избранным видом спорта.

13. Особенности проявления тревожности у спортсменов в соревновательном процессе.

14. Олимпийское образование как фактор формирования личности спортсмена.

15. Психологические особенности деятельности тренера по виду спорта.

16. Компоненты профессионального мастерства тренера по виду спорта.

17. Профессионально-значимые качества личности тренера по виду спорта.

18. Компоненты педагогических способностей тренера по виду спорта.

19. Особенности мотивационно-потребностной сферы личности тренера по виду спорта.

20. Трудности в профессиональной деятельности тренера по виду спорта.

21. Психические состояния в профессиональной деятельности тренера по виду спорта.

22. Особенности волевой сферы личности тренера по виду спорта.

23. Индивидуальный стиль деятельности тренера по виду спорта как фактор успешности его деятельности.

24. Психологическая готовность к профессиональной деятельности тренера по виду спорта.

25. Психологическая подготовка к профессиональной деятельности тренера по виду спорта.

26. Психологические особенности адаптации к профессиональной деятельности тренера по виду спорта.

27. Сравнительный анализ психологических особенностей различных видов спорта.

28. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности.

29. Особенности психических состояний спортсменов, возникающих в учебно-тренировочном процессе.

30. Психологические особенности спортивного соревнования как дея-

тельности в экстремальных условиях.

31. Предсоревновательные психические состояния спортсменов.
32. Соревновательные психические состояния спортсменов.
33. Послесоревновательные психические состояния спортсменов.
34. Формирование познавательной сферы личности спортсмена в процессе психологической подготовки.
35. Формирование потребностно-мотивационной сферы личности спортсмена на различных этапах спортивной карьеры.
36. Особенности эмоциональной сферы личности спортсмена, ее формирование.
37. Особенности волевой сферы личности спортсмена, ее формирование.
38. Взаимосвязь успешности спортивной деятельности с особенностями личности спортсмена.
39. Психологические особенности тактической подготовки спортсмена.
40. Психологические особенности взаимоотношений в спорте.
41. Психологическая совместимость в спортивной деятельности.
42. Социально-психологический климат в спортивной команде.
43. Психологические особенности лидерства в спорте.
44. Психологические основы спортивного отбора на разных этапах спортивной карьеры.
45. Общая психологическая подготовка спортсменов.
46. Специальная психологическая подготовка спортсменов.
47. Послесоревновательная психологическая подготовка спортсменов.
48. Психическая готовность спортсмена к соревнованию.
49. Волевая подготовка спортсменов.
50. Личностные факторы надежности деятельности спортсмена (по избранному виду спорта).

Предложенная тематика предполагает консультацию с научным руководителем для ее уточнения в соответствии со спецификой вида спорта, особенностями обследуемого контингента (возраста, пола...), проблемы исследования и т.д. Выбор темы следует осуществлять в соответствии с интересами магистрантов и возможностями проведения исследования. Например, тема *«Личностные факторы надежности деятельности спортсмена (по избранному виду спорта)»* может быть уточнена так: *«Помехоустойчивость спортсмена-стрелка как фактор его психической надежности»*.

Программу ГИА разработали:

Ответственный за ОПОП ВО
Доцент кафедры педагогики
и психологии, к.психол.н., доцент

Е.В.Мельник

Доцент кафедры педагогики
и психологии, к.п.н., доцент

И.О.Смолдовская

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева
Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**Факультатив ТЕХНОЛОГИЯ УПРАВЛЕНИЯ
КОНФЛИКТАМИ В СПОРТИВНОЙ КОМАНДЕ**

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 1

Семестр – 2

Итоговая форма контроля – зачет (2 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	7
5. Содержание дисциплины	7
5.1 Количество часов по видам занятий.....	7
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	8
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	8
5.2.2 Содержание практических занятий.....	8
6. Самостоятельная работа	11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	13
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	13
7.2 Типовые контрольные задания	15
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	15
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	15
7.2.3 Вопросы к зачету.....	18
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	19
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	21
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	21
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	24

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта.

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Технология управления конфликтами в спортивной команде» реализуется в рамках факультативов учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Технология управления конфликтами в спортивной команде» состоит из двух самостоятельных разделов: конфликт как социально-психологическое явление и способ социального взаимодействия; диагностика, профилактика и разрешение конфликтов в спорте. Учебный процесс по дисциплине «Технология управления конфликтами в спортивной коман-

де» осуществляется на аудиторных занятиях в форме практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.

ОПК-7. Способность управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд.

ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

ПК-6. Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения.

ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности.

ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации;	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ОПК-7
– принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6

– модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ПК-16
Уметь:		
– формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	УК-2
– выявлять ключевые факторы результативности спортивной подготовки и разрабатывать оптимальные алгоритмы воздействия на выявленные факторы с учетом специфики вида спорта, стратегических целей и задач спортивной подготовки;	ПС 05.003 «Тренер», E/02.6	ОПК-7
– организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;	ПС 05.003 «Тренер», F/03.6	ОПК-10
– подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований	ПС 05.003 «Тренер», H/03.7	ПК-16
Иметь опыт:		
– разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании;	ПС 05.003 «Тренер», C/04.6	УК-2
– консультационного сопровождения тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки занимающихся, спортсменов	ПС 05.003 «Тренер», E/02.6	ОПК-7

– обеспечение научно-методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8	ОПК-10
– составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6	ПК-6
– формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6	ПК-11
– мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Технология управления конфликтами в спортивной команде» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список факультативных дисциплин ФТД.01.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: «Педагогика», «Психология», «Педагогика физической культуры и спорта», Психология физической культуры и спорта», «Введение в спортивную психологию». Дисциплина «Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса» является предшествующей для следующих дисциплин: «Социальная психология спортивной деятельности», «Психология личности спортсмена».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса» имеет трудоёмкость, равную 1 зачётной единице (36 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			2
Контактная работа преподавателей с обучающимися		8	8
Лекции		-	-
Практические занятия		8	8
Промежуточная и итоговая аттестация (зачет)		4	4
Самостоятельная работа		24	24
Общая трудоемкость	Часы	36	36
	ЗЕ	1	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Конфликт как социально-психологическое явление и способ социального взаимодействия.				
1.1. Понятие «конфликт». Современные подходы к изучению и описанию конфликтов.	8		2	6
1.2. Виды конфликтов, их причины и стратегии поведения в конфликте.	8		2	6
Раздел 2. Диагностика, профилактика и разрешение конфликтов в спорте.				
2.1. Диагностика стратегий поведения в конфликте.	8		2	6
2.2. Профилактика и разрешение конфликтов в спорте.	8		2	6
Зачет	4			
Всего:	36		8	24

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (0 часов)

Лекционные занятия по учебному плану не предусмотрены по данной дисциплине.

5.2.2. Содержание практических занятий (8 час.)

Раздел 1. Конфликт как социально-психологическое явление и способ социального взаимодействия.

1.1. Понятие «конфликт». Современные подходы к изучению и описанию конфликтов (2 часа)

Практическое занятие №1

План

1. Сущность конфликта, его структура.
2. Динамика и основные этапы развития конфликта.
3. Типология конфликтных личностей.

Литература

1. Белинская, А.Б. Конфликтология в социальной работе / А.Б. Белинская. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2018. – 215 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491960> (дата обращения: 27.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9630-9. – DOI 10.23681/491960. – Текст: электронный.

2. Мельник, Е.В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е.В. Мельник, Е.В. Силич, Н.В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2013. – 86 с.

3. Пашкова А.В. Учебно-методические материалы по курсу учебной дисциплины "Практикум по конфликтологии". - Филиал РГСУ в г. Ивантеевка МО, 2009. - 37 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://window.edu.ru/resource/235/72235>

4. Психология делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата / В. Н. Лавриненко [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00604-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433662>

5. Тимченко, Н.М. Искусство делового общения / Н.М. Тимченко; авт. вступ. ст. А.В. Стешов. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016. – Ч. 1. – 224 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=443657>

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях конфликтных ситуаций, видов конфликта и его функций, умений применять знания в области межличностного взаимодействия, опыта практической работы взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-

оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 7, 10), профессиональных (ПК – 6, 11, 16).

1.2. Виды конфликтов, их причины и стратегии поведения в конфликте (2 часа)

Практическое занятие №1

План

1. Виды конфликтов: социальный, межгрупповой, внутригрупповой, межличностный, личности и группы, внутриличностный, ролевой.
2. Причины конфликтов.
3. Стратегии поведения в конфликте.

Литература

1. Белинская, А.Б. Конфликтология в социальной работе / А.Б. Белинская. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2018. – 215 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491960> (дата обращения: 27.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9630-9. – DOI 10.23681/491960. – Текст: электронный.

2. Мельник, Е.В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е.В. Мельник, Е.В. Силич, Н.В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2013. – 86 с.

3. Пашкова А.В. Учебно-методические материалы по курсу учебной дисциплины "Практикум по конфликтологии". - Филиал РГСУ в г. Ивантеевка МО, 2009. - 37 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://window.edu.ru/resource/235/72235>

4. Психология делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата / В. Н. Лавриненко [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00604-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433662>

5. Тимченко, Н.М. Искусство делового общения / Н.М. Тимченко; авт. вступ. ст. А.В. Стешов. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016. – Ч. 1. – 224 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=443657>

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях конфликтных ситуаций, видов конфликта и его функций, умений применять знания в области межличностного взаимодействия, опыта практической работы взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 7, 10), профессиональных (ПК – 6, 11, 16).

Раздел 2. Диагностика, профилактика и разрешение конфликтов в спорте.

2.1. Диагностика стратегий поведения в конфликте (2 часа).

Практическое занятие №1

План

1. Особенности проявления конфликтов в спорте.
2. Конфликтная личность в спорте.
3. Диагностика стратегий поведения в конфликте, анализ результатов диагностики.

Литература

1. Белинская, А.Б. Конфликтология в социальной работе / А.Б. Белинская. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2018. – 215 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491960> (дата обращения: 27.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9630-9. – DOI 10.23681/491960. – Текст: электронный.

2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

3. Мельник, Е.В, Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е.В.Мельник, Е.В.Силич, Н.В.Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2013. – 86 с.

4. Пашкова А.В. Учебно-методические материалы по курсу учебной дисциплины "Практикум по конфликтологии". - Филиал РГСУ в г. Ивантеевка МО, 2009. - 37 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://window.edu.ru/resource/235/72235>

5. Психология делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата / В. Н. Лавриненко [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00604-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433662>

6. Тимченко, Н.М. Искусство делового общения / Н.М. Тимченко; авт. вступ. ст. А.В. Стешов. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016. – Ч. 1. – 224 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=443657>

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях конфликтных ситуаций, видов конфликта и его функций, умений применять знания в области межличностного взаимодействия, опыта практической работы взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 7, 10), профессиональных (ПК – 6, 11, 16).

2.2. Профилактика и разрешение конфликтов в спорте (2 часа).

Практическое занятие №1

План

1. Профилактика конфликтов в спорте.
2. Способы решения конфликта, правила поведения и общения в конфликтной ситуации.
3. Упражнение «Я высказывания».

Литература

1. Белинская, А.Б. Конфликтология в социальной работе / А.Б. Белинская. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2018. – 215 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491960> (дата обращения: 27.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9630-9. – DOI 10.23681/491960. – Текст: электронный.

2. Мельник, Е.В. Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е.В. Мельник, Е.В. Силич, Н.В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2013. – 86 с.

3. Пашкова А.В. Учебно-методические материалы по курсу учебной дисциплины "Практикум по конфликтологии". - Филиал РГСУ в г. Ивантеевка МО, 2009. - 37 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://window.edu.ru/resource/235/72235>

4. Психология делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата / В. Н. Лавриненко [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00604-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433662>

5. Тимченко, Н.М. Искусство делового общения / Н.М. Тимченко; авт. вступ. ст. А.В. Стешов. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016. – Ч. 1. – 224 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=443657>

Изучение темы направлено на приобретение знаний о теоретических основаниях конфликтных ситуаций, видов конфликта и его функций, умений применять знания в области межличностного взаимодействия, опыта практической работы взаимодействия с различными участниками образовательной, физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 7, 10), профессиональных (ПК – 6, 11, 16).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Понятие «конфликт». Современные подходы к изучению и описанию конфликтов.		Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Виды конфликтов, их причины и стратегии поведения в конфликте.		Письменная работа. Презентация
3.	Диагностика стратегий поведения в конфликте.		Письменная работа.
4.	Профилактика и разрешение конфликтов в спорте.		Устное собеседование
Итого		24	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Белинская, А.Б. Конфликтология в социальной работе / А.Б. Белинская. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2018. – 215 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491960> (дата обращения: 27.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9630-9. – DOI 10.23681/491960. – Текст: электронный.
2. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
3. Мельник, Е.В, Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е.В.Мельник, Е.В.Силич, Н.В.Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2013. – 86 с.
4. Пашкова А.В. Учебно-методические материалы по курсу учебной дисциплины "Практикум по конфликтологии". - Филиал РГСУ в г. Ивантеевка МО, 2009. - 37 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://window.edu.ru/resource/235/72235>

Дополнительная:

1. Психология делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата / В. Н. Лавриненко [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00604-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433662>
2. Тимченко, Н.М. Искусство делового общения / Н.М. Тимченко; авт. вступ. ст. А.В. Стешов. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016. – Ч. 1. – 224 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=443657>

Темы рефератов:

1. Конфликт в системе «спортсмен-спортсмен»
2. Конфликт в системе «тренер-спортсмен»
3. Конфликт в системе «спортсмен-родитель»
4. Конфликт в системе «тренер-родитель»
5. Конфликт в системе «спортсмен-судья»
6. Конфликт в системе «тренер-судья»
7. Медиация как особый вид переговоров при участии нейтрального посредника.
8. Медиация в разрешении конфликтов.
9. Асоциальное поведение спортсменов.
10. Регуляция социального поведения.
11. Эффект соперничества как социально-психологическое явление.

12. Fair play как проявление нравственного поведения спортсмена.
13. Патриотизм в спорте.
14. Проявление дружбы и коллективизма в спорте.
15. Спортивная честь и достоинство.
16. Особенности общения в тренировочной и соревновательной деятельности.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям; Уметь: формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; Иметь опыт разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании.
ОПК-7. Способность управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд.	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	Знать: методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации; Уметь: выявлять ключевые факторы результативности спортивной подготовки и разрабатывать оптимальные алгоритмы воздействия на выявленные факторы с учетом специфики вида спорта, стратегических целей и задач спортивной подготовки Иметь опыт консультационного сопровождения тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки занимающихся, спортсменов
ОПК-10. Способность осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/05.8 Руководство процессом централизованной тренировочной работы организаций, осуществляющих спортивную под-	Знает: принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Умеет: организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды; Имеет опыт обеспечения научно-

	готовку спортивных сборных команд	методического, психологического сопровождения тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства, в соответствии с направлением и спецификой спортивной подготовки, федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.
ПК-6. Способен обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт, анализировать состояние и динамику объектов в избранном виде профессиональной деятельности, выявлять актуальные проблемы, ставить задачи и определять пути их решения	ПС 05.003 «Тренер», D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	Знать: методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации Уметь: подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся Иметь опыт составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства
ПК-11. Способен организовать работу со всеми категориями населения в конкретных видах физкультурной и спортивной деятельности	ПС 05.003 «Тренер», D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	Знать: модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса; Уметь: мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин Иметь опыт формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, оказания психолого-методической поддержки занимающегося в период соревнований
ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного воз-	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды	Знает: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию

раста и уровня подготовки.	Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Умеет: использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Имеет опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
 - выполнение самостоятельных и творческих заданий,
 - подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
 - обсуждение и оценка подготовки презентации.
- Форма итогового контроля – экзамен (2 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Какие из приведенных признаков характерны для высокого уровня организации спортивной команды?

- а) преобладание формальных отношений;
- б) высокая согласованность действий всех членов команды;
- в) психологическая структура группы распадалась на несколько микрогрупп, мало связанных между собой;
- г) наблюдается резкое преобладание функциональных отношений;
- д) характерно наличие авторитетных спортсменов.

2. В каком из описаний идет речь о психофизиологической совместимости?

- а) у одного замедленная реакция и неточная переработка информации, а другой реагирует быстро и с первого взгляда правильно оценивает сложившуюся в игре ситуацию;
- б) соответствие людей друг другу по возрасту, уровню физического и сенсомоторного развития, по степени подготовленности, тренированности, по проявлению основных свойств нервной системы и т.п.;
- в) общность целей, интересов, установок членов спортивного коллектива, единство ценностных ориентаций и социального типа поведения;
- г) взаимодополнение свойств личности и черт характера (моральная сплоченность и взаимная приспособленная адаптация личностных особенностей ее членов);
- д) она определяет характер взаимодействия членов группы в процессе деятельности и эффективность самой деятельности.

3. Определите, в каком из предложенных вариантов при перестановке букв в словах написана стратегия поведения человека в конфликтных ситуациях – соперничество.

- а) РОСОПЛЕНИЕПБИС
- б) ПРОМОИСМК
- в) ТРСОЕСТВОУДНИЧ
- г) ЕГИЕИЗНБА
- д) ВЕРСТИЧЕОСОПН

4. По предложенным описаниям определите стратегию поведения человека в конфликтных ситуациях – избегание.

- а) эта форма поведения выбирается тогда, когда индивид не хочет отстаивать свои права, сотрудничать для выработки решения, воздерживается от высказывания своей позиции, уклоняется от спора;
- б) такое поведение возможно, если исход конфликта для индивида важен и у него не хватает власти для решения конфликта в свою пользу;

в) действия участников направлены на поиски решения за счет взаимных уступок, на выработку промежуточного решения, устраивающего обе стороны, при котором особо никто не выигрывает, но и не теряет;

г) ситуация воспринимается индивидом как крайне значимая для него, как вопрос победы или поражения, что предполагает жесткую позицию по отношению к другим участникам конфликта.

5. В каком из описаний социально-психологических явлений идет речь о сплоченности?

а) социально-психологическое групповое явление, которое свойственно коллективу и характеризует степень привлекательности группы для ее членов (симпатии и антипатии) и удовлетворенность членством в группе (удовлетворение потребности в общении, безопасности);

б) естественный социально-необходимый процесс групповой организации, самоорганизации и самоуправления, направленный на достижение общей цели, дифференциацию и интеграцию групповых явлений по принципу координационной и субординационной зависимости;

в) согласованность психологических свойств членов группы; функционирования их психических процессов: ощущений, восприятий, внимания, памяти, мышления, эмоций, подобия доминирующих психических состояний и их протекания;

г) официальный санкционированный процесс, подразумевающий социальный контроль и власть на основе официальных полномочий;

д) общность людей, выделяемая в социальном целом на основе какого-либо признака, ее основным признаком является способность к согласованным действиям.

6. Сопоставьте основной принцип стратегии поведения человека в конфликтных ситуациях с ее названием и условным обозначением и определите, в каком случае речь идет о соперничестве (акула):

а) «Оставьте мне немножко и не трогайте меня»

б) «Я уступлю немного, если вы тоже готовы уступить».

в) «Все, что Вы хотите – только давайте жить дружно»

г) «Прет напролом»

д) «Давайте оставим взаимные обиды, я предпочитаю... А Вы?».

7. Из предложенных описаний определите, в каком случае идет речь об организационной функции лидера:

а) осуществляется не в условиях соревнований, а в условиях тренировок и отдыха, используется при создании благоприятного психологического климата в команде;

б) осуществляя эту функцию в игровой ситуации, лидер сообщает о заменах и перемещениях в команде, информирует о времени, текущем счете, ожидаемых действиях противника: "будет бросок", "нас меньше"...

в) в игровых ситуациях эта функция проявляется, главным образом, в указаниях, направляющих определенные действия товарищей по команде: "бросок", "блок", "стоять", "быстрей" и т.п.

г) знакомит спортсменов с возможностями и потребностями команды, сообщает о распределении ролей, обязанностей и ответственности в деятельности, предлагает аналогичную информацию о соперниках.

8. Отметьте, какие утверждения характеризуют понятие «лидер».

- а) осуществляет регуляцию межличностных отношений;
- б) назначается или избирается;
- в) имеет педагогическую направленность личности;
- г) осуществляет регуляцию официальных отношений группы как социальной организации.

7.2.3 Вопросы к зачету

1. Понятие «конфликтная ситуация», «конфликт», «конфликтное поведение»,
2. Современные подходы к изучению и описанию конфликтов.
3. Сущность конфликта, его структура.
4. Динамика и основные этапы развития конфликта.
5. Виды конфликтов: социальный, межгрупповой, внутригрупповой, межличностный, личности и группы.
6. Внутриличностный и ролевой конфликт.
7. Причины конфликтов.
8. Стратегии поведения в конфликте.
9. Типы конфликтных личностей, их поведение, способы взаимодействия с ними.
10. Способы разрешения конфликта.
11. Диагностика стилей поведения в конфликтной ситуации.
12. Особенности проявления конфликтов в спорте.
13. Конфликтная личность в спорте.
14. Диагностика стратегий поведения в конфликте.
15. Профилактика и разрешение конфликтов в спорте.

Критерии оценки знаний на зачете

«Зачтено» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Не зачтено» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Белинская, А.Б. Конфликтология в социальной работе / А.Б. Белинская. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2018. – 215 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491960> (дата обращения: 27.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9630-9. – DOI 10.23681/491960. – Текст: электронный.
2. Ильин, Е.П. Психология спорта: учеб. / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2019. – 352 с.
3. Коломейцев, Ю. А. Социальная психология спорта : учеб.-метод. пособие / Ю. А. Коломейцев ; М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск: БГПУ, 2005. – 292 с
4. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
5. Мельник, Е.В, Конфликты в спортивной деятельности (теория и практика): пособие / Е.В.Мельник, Е.В.Силич, Н.В.Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2013. – 86 с.
6. Пашкова А.В. Учебно-методические материалы по курсу учебной дисциплины "Практикум по конфликтологии". - Филиал РГСУ в г. Ивантеевка МО, 2009. - 37 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://window.edu.ru/resource/235/72235>
7. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).
8. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>
9. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] — Смоленск : СГУС, 2024. — 257 с.

Дополнительная:

1. Андреева Г.М. Социальная психология: учеб. для ст-ов высш. учеб. заведений / Г.М. Андреева. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Аспект Пресс, 2014. – 363 с.
2. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>
3. Мельник, Е.В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е.В. Мельник, В.Г. Сивицкий, Н.И. Боровская; под ред. В.Г. Сивицкого. – М.: Спорт, 2020. – 192 с.
4. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
5. Психология делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата / В. Н. Лавриненко [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00604-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433662>
6. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности : учеб. пособие / А. А. Реан ; Санкт-Петербург. ун-т. – СПб., 2001. 221 с.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебн. пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.
8. Социальная психология: хрестоматия / сост.: Е.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Аспект Пресс, 2012. – 456 с.
9. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов: хрестоматия / сост. И.П. Волков. – СПб.: Питер, 2002. – 384 с.
10. Тимченко, Н.М. Искусство делового общения / Н.М. Тимченко; авт. вступ. ст. А.В. Стешов. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016. – Ч. 1. – 224 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=443657>
11. Фадина, А.Г. Психология общения в спорте : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фадина. – Астрахань: Астраханский ун-т, 2011. – 104 с.
12. Цзен, Н.В. Психотренинг: игры и упражнения / Н.В. Цзен, Ю.В. Пахомов. – 2-е изд. – М.: Класс, 2006. – 272 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>
7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>
8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>
9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Курс является дисциплиной предметной подготовки и разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала. Предлагаемый курс призван обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей

учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения.

1. Семинары-дискуссии;
2. Разбор конкретных педагогических ситуаций;
3. Деловые игры.

Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя и обучающихся, а прежде всего их взаимная детерминация.

В процессе обучения используется метод самостоятельного изучения вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

- 1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;
- 2) психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискус-

сии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности

Творческие задания:

Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель.

Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная маг-

		нитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер

7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.п.с.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



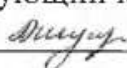
Е.В. Мельник

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
 А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ МОНИТОРИНГ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

основной профессиональной образовательной программы
высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»

Направленность (профиль программы):

«Спортивная психология. Управление психологической подготовкой
в сфере спорта»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Курс – 2

Семестр – 3

Итоговая форма контроля – зачет (3 семестр)

Рабочую программу разработала:
Мельник Е.В., к.психол.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Выписка из ФГОС 3++	3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины.....	3
2. Результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП.....	6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	6
5. Содержание дисциплины	7
5.1 Количество часов по видам занятий.....	7
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий.....	7
5.2.1 Содержание лекционных занятий.....	7
5.2.2 Содержание практических занятий.....	7
6. Самостоятельная работа	11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	12
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины.....	12
7.2 Типовые контрольные задания	14
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля....	14
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине.....	14
7.2.3 Вопросы к зачету.....	17
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	18
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины.....	19
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	19
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	22

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 947. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 8 февраля 2021г. №82 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – магистратура по направлению подготовки».

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу магистратуры по направлению подготовки: «Спортивная психология. Управление психологической подготовкой в сфере спорта», могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере научных исследований);

05 – Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач следующих типов:

- тренерские,
- научно-исследовательские,
- организационно-методические,
- управление психологической подготовкой в сфере спорта.

Профессиональный стандарт (ПС):

- 05.003 «Тренер».

- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта».

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса» реализуется в рамках факультативов учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.04.03 – «Спорт». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса» состоит из двух самостоятельных разделов: Педагогический мониторинг как системная диагностика результатов высшего образования и комплексные диагностические средства. Учебный процесс по дисциплине

плине «Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса» осуществляется на аудиторных занятиях в форме практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.

ОПК-6. Способность обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.

ОПК-9. Способность проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.

ПК-8. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок

ПК-13. Способен определять приоритеты при решении актуальных проблем и задач организационно-управленческой деятельности

ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного возраста и уровня подготовленности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине магистрант должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать:		
– модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8	ОПК-6

– современные методы тестирования;	ПС 05.003 «Тренер», Е/03.6	ОПК-9
– технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8
– этические нормы в области спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/02.6	ПК-13
– критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;	ПС 05.003 «Тренер», Е/03.6	ПК-16
Уметь:		
– формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6
– отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ОПК-9
– контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий;	ПС 05.003 «Тренер», С/03.6	ПК-8
– обобщать накопленный материал в области управления психологической подготовкой;	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6, Е/02.6	ПК-13
– использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16
Иметь опыт:		
– разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании;	ПС 05.003 «Тренер», С/04.6	УК-2
– работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды	ПС 05.003 «Тренер», Н/02.7	ОПК-6
– организации мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной команды	ПС 05.003 «Тренер», Е/04.6	ОПК-9

– руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6	ПК-8
– применения психологических знаний в тренерской деятельности	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6, Н/03.7	ПК-13
– мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды;	ПС 05.003 «Тренер», Н/03.7	ПК-16

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса» относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в список факультативных дисциплин ФТД.02.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки по следующим дисциплинам: «Педагогика», «Психология», «Педагогика физической культуры и спорта», Психология физической культуры и спорта», «Введение в спортивную психологию». Дисциплина «Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса» является предшествующей для следующих дисциплин: «Социальная психология спортивной деятельности», «Психология личности спортсмена».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса» имеет трудоёмкость, равную 1 зачётной единице (36 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			1
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>		8	8
Лекции		-	-
Практические занятия		8	8
<i>Промежуточная и итоговая аттестация (зачет)</i>		4	4
<i>Самостоятельная работа</i>		24	24
Общая трудоемкость	Часы	36	36
	ЗЕ	1	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Педагогический мониторинг как системная диагностика результатов высшего образования.				
1.1. Понятие и функции психолого-педагогической диагностики.	4			4
1.2. Средства и методы психологической и педагогической диагностики.	4		2	2
1.3. Критерии и показатели обученности и воспитанности личности.	4			4
1.4. Система мониторинга учебного процесса студентов.	4			4
1.5. Диагностика сформированности компетенций студентов.	4		2	2
Раздел 2. Комплексные диагностические средства.				
2.1. Оценка педагогической деятельности преподавателя в учреждении высшего образования в сфере спорта.	4			4
2.2. Комплексные диагностические средства в образовательном процессе	4		2	2
2.3. Профессиональная рефлексия педагогической деятельности.	4		2	2
Зачет	4			
Всего:	36		8	24

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (0 часов)

Лекционные занятия по учебному плану не предусмотрены по данной дисциплине.

5.2.2. Содержание практических занятий (8 час.)

Раздел 1. Педагогический мониторинг как системная диагностика результатов высшего образования.

Тема 1.2. Средства и методы психологической и педагогической диагностики (2 часа).

Практическое занятие №1

План

1. Критериально-диагностический инструмент мониторинга.
2. Определение критериев оценки.
3. Выбор диагностических и оценочных средств.
4. Технология организации и осуществления мониторинга.

Литература:

1. Белякова, Е. Г. Психолого-педагогический мониторинг [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Е. Г. Белякова, Т. А. Строкова. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 243 с. – Режим доступа: <https://biblionline.ru/bcode/434431>
2. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология / В.Н.Дружинин. – СПб.: Питер, 2000. – 320 с.
3. Кузьменко И.В. Педагогические технологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / И.В. Кузьменко. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 84 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/179697>
4. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
5. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: сущности мониторинга, его функций и принципов, роли в управлении качеством образования; теоретических основ организации мониторинговой деятельности; условий определения критериев оценки и отбора адекватных методов их изучения; умений: определять перспективные направления научных исследований; использовать экспериментальные и теоретические методы исследования в профессиональной деятельности; адаптировать современные методы психолого-педагогического мониторинга к инновационному образовательному процессу; навыков: владения современными методами сбора, обработки, анализа и интерпретации собранной информации и прогнозирования перспектив дальнейшего развития образовательного процесса под влиянием нововведений; способами организации и содержания научно-методического сопровождения мониторинга; проектирования и проведения научных мониторинговых исследований в сфере образования, презентации и апробации их результатов. Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 8, 13, 16).

Тема 1.5. Диагностика сформированности компетенций студентов (2 часа).

Практическое занятие №2

План

1. Универсальные компетенции, диагностика их сформированности
2. Общепрофессиональные компетенции, диагностика их сформированности
3. Профессиональные компетенции, диагностика их сформированности

Литература:

1. Белякова, Е. Г. Психолого-педагогический мониторинг [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Е. Г. Белякова, Т. А. Строкова. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 243 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/434431>

2. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология / В.Н.Дружинин. – СПб.: Питер, 2000. – 320 с.

3. Кузьменко И.В. Педагогические технологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / И.В. Кузьменко. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 84 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/179697>

4. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: сущности универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, определения критериев оценки и отбора адекватных методов их изучения; умений: использовать экспериментальные и теоретические методы исследования в профессиональной деятельности; адаптировать современные методы психолого-педагогического мониторинга к инновационному образовательному процессу; навыков: владения современными методами сбора, обработки, анализа и интерпретации собранной информации и прогнозирования перспектив дальнейшего развития образовательного процесса под влиянием нововведений; способами организации и содержания научно-методического сопровождения мониторинга; проектирования и проведения научных мониторинговых исследований в сфере образования, презентации и апробации их результатов. Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 8, 13, 16).

Раздел 2. Комплексные диагностические средства.

Тема 2.2. Комплексные диагностические средства в образовательном процессе (2 часа).

Практическое занятие №3

План

1. Использование комплексных диагностических средств для оценки образовательных результатов и определения уровня сформированности компетенций студентов (выпускников)

2. Разработка и внедрение проекта;

3. Решение проблемных, компетентностных, эвристических задач;

4. Участие в ролевой игре, работа в команде,

5. Портфолио.

6. Комплексная оценка всех видов учебных практик

7. Рейтинговая оценка

Литература:

1. Белякова, Е. Г. Психолого-педагогический мониторинг [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Е. Г. Белякова, Т. А. Строкова. –

Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 243 с. – Режим доступа: <https://bibli-online.ru/bcode/434431>

2. Кузьменко И.В. Педагогические технологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / И.В. Кузьменко. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 84 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/179697>

3. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.

4. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: сущности мониторинга, его функций и принципов, роли в управлении качеством образования; теоретических основ организации мониторинговой деятельности; условий определения критериев оценки и отбора адекватных методов их изучения; умений: анализировать тенденции современных инновационных процессов в образовании, определять перспективные направления научных исследований; использовать экспериментальные и теоретические методы исследования в профессиональной деятельности; адаптировать современные методы психолого-педагогического мониторинга к инновационному образовательному процессу; навыков: владения современными методами сбора, обработки, анализа и интерпретации собранной информации и прогнозирования перспектив дальнейшего развития образовательного процесса под влиянием нововведений; способами организации и содержания научно-методического сопровождения мониторинга; проектирования и проведения научных мониторинговых исследований в сфере образования, презентации и апробации их результатов. Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 8, 13, 16).

Тема 2.3. Профессиональная рефлексия педагогической деятельности (2 часа).

Практическое занятие №4

План

1. Профессиональная рефлексия педагогической деятельности как ключевой элемент повышения ее эффективности

2. Диагностика рефлексивных способностей педагога

Групповая дискуссия на тему: «Рефлексия и интеллект педагога»

Литература:

1. Белякова, Е. Г. Психолого-педагогический мониторинг [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Е. Г. Белякова, Т. А. Строкова. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 243 с. – Режим доступа: <https://bibli-online.ru/bcode/434431>

2. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология / В.Н.Дружинин. – СПб.: Питер, 2000. – 320 с.

3. Кузьменко И.В. Педагогические технологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / И.В. Кузьменко. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 84 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/179697>

4. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ.

ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний: сущности мониторинга, его функций и принципов, роли в управлении качеством образования; теоретических основ организации мониторинговой деятельности; условий определения критериев оценки и отбора адекватных методов их изучения; умений: анализировать тенденции современных инновационных процессов в образовании, определять перспективные направления научных исследований; использовать экспериментальные и теоретические методы исследования в профессиональной деятельности; адаптировать современные методы психолого-педагогического мониторинга к инновационному образовательному процессу; навыков: владения способами организации и содержания научно-методического сопровождения мониторинга; проектирования и проведения научных мониторинговых исследований в сфере образования, презентации и апробации их результатов. Формирование универсальных компетенций (УК – 2), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 6, 9), профессиональных (ПК – 8, 13, 16).

6. Самостоятельная работа

При изучении дисциплины обучающийся самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол- во часов	Формы и сроки контроля
1.	Понятие и функции психолого-педагогической диагностики.	4	Выступление на занятиях, дискуссия
2.	Средства и методы психологической и педагогической диагностики.	2	Письменная работа. Презентация
3.	Критерии и показатели обученности и воспитанности личности.	4	Письменная работа.
4.	Система мониторинга учебного процесса студентов	4	Реферат
5.	Диагностика сформированности компетенций студентов	2	Письменная работа.
6.	Оценка педагогической деятельности преподавателя в учреждении высшего образования в сфере спорта.	4	Устное собеседование
7.	Комплексные диагностические средства в образовательном процессе	2	Выступление на занятиях, дискуссия
8.	Профессиональная рефлексия педагогической деятельности.	2	Письменная работа.
Итого		24	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов см. в разделе 8 (Перечень основной и дополнительной литературы).

Темы рефератов:

1. Зарубежные мониторинговые исследования.
2. Вклад педагогов в разработку научных основ мониторинга.
3. Мониторинг в педагогике и смежных науках.
4. Мониторинг готовности к спортивной деятельности.
5. Мониторинг одаренности юных спортсменов.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-2. Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	ПС 05.003 «Тренер» С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Знать: модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям; Уметь: формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; Иметь опыт разбора с занимающимися результатов выступления на соревновании.
ОПК-6. Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации.	ПС 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», Н/03.8 Управление персоналом, задействованным в обеспечении и сопровождении подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва ПС 05.003 «Тренер» Н/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	Знает: методы тестирования спортсменов в целях определения показателей нервной системы, психоэмоциональной сферы, способы сбора, обработки и анализа соответствующей информации Умеет: использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды; Имеет опыт работы с обращениями тренеров и спортсменов спортивной сборной команды, консультирование тренеров и спортсменов по вопросам спортивной подготовки спортивной сборной команды
ОПК-9. Способен проводить научные исследования по разрешению	ПС 05.003 «Тренер» Е/03.6 Руководство медико-биологическим и функциональным обеспе-	Знает: современные методы тестирования; Умеет: отбирать рациональные методики управления тренировочным

проблемных ситуаций в области спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.	чением подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности F/04.6 Координация работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов спортивной команды	процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта; Имеет опыт организации мониторинга уровня спортивной мотивации, состояния здоровья и функциональной подготовленности спортсменов спортивной команды;
ПК-8. Способен использовать в профессиональной деятельности инновационные технологии, современные средства и методы научных исследований, проводить патентный поиск и исследовать показатели технического уровня разработок	ПС 05.003 «Тренер», Е/01.6 Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знать: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); Уметь: контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; Иметь опыт руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;
ПК-13. Способен определять приоритеты при решении актуальных проблем и задач организационно-управленческой деятельности	ПС 05.003 «Тренер» С/03.6 Формирование разносторонней и специальной физической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки Е/02.6 Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	Знает: этические нормы в области спорта; Умеет: обобщать накопленный материал в области управления психологической подготовкой; Имеет опыт: применения психологических знаний в тренерской деятельности
ПК-16. Способен проводить коррекционно-развивающую работу со спортсменами различного воз-	ПС 05.003 «Тренер» F/03.6 Организация соревновательной деятельности спортивной команды	Знает: критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию

раста и уровня подготовки.	Н/03.7 Управление соревновательной деятельностью спортивной сборной команды	спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне; Умеет: использовать методы психолого-методической поддержки спортсменов в период соревнований; Имеет опыт мониторинга поддержания высокого уровня мотивированного поведения спортсменов спортивной сборной команды.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний и практических умений в процессе групповых занятий,
 - выполнение самостоятельных и творческих заданий,
 - подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
 - обсуждение и оценка подготовки презентации.
- Форма итогового контроля – экзамен (2 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

ТЕСТЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов из предложенных являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Выберите ученых, которые утверждали, что «всякий мониторинг — изучение, но не всякое изучение — мониторинг»:

Выберите один или несколько правильных ответов

1.	а) А. С. Белкин
2.	б) Н. К. Жукова
3.	в) О. А. Абдулина
4.	г) С. Л. Братченко

2. Каким понятием обозначается комплект документов, представляющих совокупность сертифицированных индивидуальных учебных и внеучебных достижений, играющих роль индивидуальной накопительной оценки?

Введите ответ в виде текста (регистр не учитывается)

3. Образование в современном мире рассматривается в трех взаимосвязанных планах: как(Напишите 3 слова)

1.
2.
3.

4. Укажите основной признак студента как субъекта учебной деятельности (1 ответ):

1. Добросовестное выполнение учебных заданий
2. Регулярное посещение лекций и групповых занятий
3. Умение внимательно слушать преподавателя
4. Активность студента в процессе выполнения различных видов деятельности

5. Что такое обучаемость? (1 ответ)

1. Способность к развитию своей личности
2. Совокупность знаний, умений, навыков
3. Восприимчивость к усвоению новых знаний
4. Уровень актуального развития человека

6. Показателями обучаемости студента являются (2 ответа)

1. Результаты экзаменационной сессии
2. Желание студента учиться
3. Легкость освоения учебного материала
4. Экономичность и темп мышления
5. Достижения в области научно-исследовательской деятельности

7. Укажите какой зоне развития соответствуют следующие показатели (в бланке ответов против номера поставьте соответствующую букву) (2 ответа):

1. Обученность	а) зона ближайшего развития
2. Обучаемость	б) зона актуального развития

8. Процесс усвоения знаний включает в себя: (Выберите 1 наиболее точный ответ)

1. Регулярную подготовку к занятиям
2. Положительное отношение к учебной деятельности
3. Восприятие, смысловую переработку, сохранение и применение полученных знаний
4. Словесные и практические методы обучения

9. Наиболее полно отвечают закономерностям усвоения знаний следующие методы обучения: (1 ответ)

1. Словесные методы обучения
2. Наглядные методы обучения
3. Методы упражнений
4. Активные методы обучения
5. Сочетание теоретических и практических методов в обучении

10. Найдите определение, соответствующее следующим понятиям, и в бланке ответом рядом с номером проставьте соответствующую букву: (2 ответа)

1. Оценка	а) качественный анализ усвоения материала
2. Отметка	б) количественное выражение усвоения материала

11. К специфике работы преподавателя вуза относятся: (2 ответа)

1. Необходимость осуществления обучения и воспитания студентов
2. Организация внеучебной деятельности студентов
3. Оказание психологической помощи и поддержки студентам при решении различных проблем
4. Необходимость сочетания научной и педагогической деятельности
5. Вооружение студентов методами самостоятельного овладения знаниями

12. Профессионализм педагога включает в себя: (3 ответа)

1. Хорошее развитие эмоционально-волевых качеств личности
2. Высокую результативность труда педагога
3. Высокий уровень интеллекта
4. Эффективное взаимодействие с другими людьми
5. Нравственную воспитанность педагога

13. В понятие культуры умственного труда входит 4 взаимосвязанных компонента. Исключите компонент, не относящийся к данному понятию: (1 ответ)

1. Личностный компонент
2. Операциональный компонент
3. Интеллектуальный компонент
4. Организационно-технический компонент
5. Гигиенический компонент

14. В процессе педагогического общения преподавателя со студентами наиболее оптимальными являются следующие стили: (2 ответа)

1. Демократический
2. Авторитарный
3. Либеральный

7.2.3 Вопросы к зачету

1. Педагогический мониторинг как системная диагностика результатов высшего образования.
2. История и современность педагогического мониторинга.
3. Понятие и функции психолого-педагогической диагностики.
4. Средства и методы психологической и педагогической диагностики.
5. Критерии и показатели обученности личности.
6. Критерии и показатели воспитанности личности.
7. Контроль и проверка знаний и умений в системе мониторинга учебного процесса.
8. Оценка учебных достижений студентов.
9. Диагностика сформированности компетенций студентов.
10. Рейтинговая система оценки знаний и умений студентов.
11. Комплексные диагностические средства.
12. Виды, уровни и критерии оценки педагогической деятельности преподавателя в учреждении высшего образования в сфере спорта.
13. Оценка образовательных результатов и определения уровня сформированности компетенций студентов (выпускников).
14. Разработка и внедрение проекта;
15. Решение проблемных, компетентностных, эвристических задач;
16. Участие в ролевой игре, работа в команде,
17. Портфолио,
18. Комплексная оценка всех видов учебной практики;
19. Рейтинговая оценка
20. Профессиональная рефлексия педагогической деятельности как ключевой элемент повышения ее эффективности.

Критерии оценки знаний на зачете

«Зачтено» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Обучающийся должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Не зачтено» - обучающийся не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Белякова, Е. Г. Психолого-педагогический мониторинг [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Е. Г. Белякова, Т. А. Строкова. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 243 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/434431>
2. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология / В.Н.Дружинин. – СПб.: Питер, 2000. – 320 с.
3. Кузьменко И.В. Педагогические технологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / И.В. Кузьменко. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 84 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/179697>
4. Марищук, В. Л. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 2005. – 349 с.
5. Методика преподавания: оценка профессиональных компетенций у студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / В. Н. Белкина [и др.]; под редакцией В. Н. Белкиной. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 212 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/424102>
6. Фурьева, Т. В. Психолого-педагогическая диагностика : учебное пособие для вузов / Т. В. Фурьева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 247 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09285-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540075>
7. Эффективные психотехнологии в реализации творческого потенциала спортсмена и тренера: коллективная монография / под общ. ред. А. А. Обвинцев (гл. ред.), Е. В. Мельник, И. О. Смолдовская [и др.] – Смоленск : СГУС, 2024. – 257 с.

Дополнительная:

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516>
2. Лысых, Н.В. Педагогика: введение в педагогическую деятельность [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н.В. Лысых. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2010. – 60 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/191125>
3. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-

5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 16.05.2024).

5. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности : учеб. пособие / А. А. Реан ; Санкт-Петербург. ун-т. – СПб., 2001. 221 с.

6. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебн. пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539185>.

7. 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, 2024. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536032>

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт Смоленского государственного университета спорта - <http://sgus.ru>

2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://biblioclub.ru>

5. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru>

6. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>

7. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. - Режим доступа: <https://scholar.google.ru>

8. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rubricon.com>

9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rsl.ru>

10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

11. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://sportfiction.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине представляет собой системный комплекс психолого-педагогических процедур, включающий специфический

для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности – тренерской и преподавательской.

Курс является дисциплиной предметной подготовки и разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала. Предлагаемый курс призван обеспечить обучающихся как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине одной из форм занятий является лекция, которая несет в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования обучающихся к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на занятиях (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения.

1. Семинары-дискуссии;
2. Разбор конкретных педагогических ситуаций;
3. Деловые игры.

Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации практических занятий положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности. В основе общения лежит принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельности преподавателя и обучающихся, а прежде всего их взаимная детерминация.

В процессе обучения используется метод самостоятельного изучения вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности обучающихся к занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;

2) психологическая готовность каждого обучающегося к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач. Деятельность преподавателя и обучающегося на практическом занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий). Использование разнообразных форм практических занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы обучающихся, творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности.

Творческие задания: Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу определенного вида спорта. Затем поочередно от группы выступает представитель. Критерии оценки презентации: раскрытие цели и степень ее достижения; соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения); глубина, доступность и значимость использованной информации; донесение информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях предлагаются темы рефератов (см. выше).

Предусмотренная программой самостоятельная работа имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; самостоятельная подготовка к зачету; выполнение творческих заданий. К зачету каждый обучающийся выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за процессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как эффективная форма контроля знаний.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная маг-

		нитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер

7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
К.пс.н., доцент кафедры
Педагогики и психологии



Е.В. Мельник