МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

УТВЕРЖДАЮ
проректор по образовательной
деятельности

_____ М.О. Тяпкин

ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ
Психология физического воспитания и спорта
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Теоретических основ физического воспитания
Учебный план	zФК44.03.01-2024.plx 44.03.01 Педагогическое образование
Квалификация	бакалавр
Форма обучения	заочная
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ

Часов по учебному плану	108	Виды контроля на курсах: экзамены 3
в том числе:		
аудиторные занятия	10	
самостоятельная работа	87	
часов на контроль	9	

Программу составил(и):

К.п.н., Доцент, Иванова М.М. _____

Рабочая программа дисциплины

Психология физического воспитания и спорта

разработана на основании ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана 44.03.01 Педагогическое образование (Уровень: бакалавриат; квалификация: бакалавр), утвержденного Учёным советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от 25.03.2024, протокол № 10.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Теоретических основ физического воспитания

Протокол № 7 от 14.03.2024 г.

Срок действия программы: 2024-2028 уч.г.

Зав. кафедрой Баянкин Олег Васильевич

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	3		Итого	
	уп	рп		
Лекции	4	4	4	4
Практические	6	6	6	6
КСР	2	2	2	2
Итого ауд.	10	10	10	10
Контактная работа	12	12	12	12
Сам. работа	87	87	87	87
Часы на контроль	9	9	9	9
Итого	108	108	108	108

1.1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1.1	Подготовка студентов к решению профессиональных задач, связанных с психологическим обеспечением развития и функционирования психических явлений, состояний и качеств в условиях спортивной подготовки; формирование специальных знаний, определяющих психологическое обеспечение профессиональной деятельности тренера; формирование умений, необходимых для практической реализации профессиональной деятельности физкультурно-спортивной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.2.1	- повышение общей и психолого-педагогической культуры будущего специалиста;
1.2.2	- формирование целостного представления о психологических особенностях человека
1.2.3	как факторах успешности его деятельности;
1.2.4	- формирование профессиональных навыков, умений, необходимых будущему тренеру для успешного решения основных задач физкультурно-спортивной деятельности;
1.2.5	- формирование интеллектуально-когнитивной, научной компетентности в вопросах
1.2.6	спортивной подготовки как основы для будущей профессиональной педагогической деятельности тренера.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	К.М.07
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья
2.1.2	Основы медицинских знаний
2.1.3	Психология воспитательных практик
2.1.4	Учебная практика (технологическая (проектно-технологическая) практика: психолого-педагогическая)
2.1.5	Психология
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Методы исследовательской и проектной деятельности
2.2.2	Производственная практика (педагогическая практика: классное руководство)
2.2.3	Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы))

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
ПК-2.2: Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).	
ПК-2.3: Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.	
ПК-8.1: Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.	
ОПК-6.1: Осуществляет отбор психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) и применяет их в профессиональной деятельности с учетом различного контингента обучающихся.	
ОПК-6.2: Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.	

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	- алгоритм планирования, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования
3.1.2	спортивного мастерства;
3.1.3	
3.1.4	- подходы к сопровождению соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, науч-но-методического обеспечения спортивной подготовки;
3.1.5	
3.1.6	-отбор психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных.)

3.2	Уметь:
3.2.1	- подбирать способы организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности;
3.2.2	- определять пути выявления проблем в организации спортивной работы и подбирать варианты коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов;
3.2.3	-осуществляет отбор психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) и применяет их в профессиональной деятельности с учетом различного контингента обучающихся.
3.3	Владеть:
3.3.1	владеть способами организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности, путями выявления проблем в организации спортивной работы и вариантами коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов;
3.3.2	специальными технологиями и методами, позволяющими проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Раздел 1. Раздел 1					
1.1	Введение в психологию физического воспитания и спорта /Лек/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.2	Психологические особенности спортивной деятельности /Ср/	3	14	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.3	Основы спортивной психодиагностики /Ср/	3	15	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.4	Основы саморегуляции в спорте /Лек/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.5	Введение в психологию физического воспитания и спорта /Ср/	3	16	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.6	Психологические особенности спортивной деятельности /Ср/	3	14	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.7	Основы спортивной психодиагностики /Пр/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.8	Введение в психологию физического воспитания и спорта /Пр/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.9	Психологические особенности спортивной деятельности /Ср/	3	14	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.10	Основы спортивной психодиагностики /Пр/	3	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.11	Основы саморегуляции в спорте /Ср/	3	14	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6

1.12	/Экзамен/	3	9	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Перечень индикаторов достижения компетенций, форм контроля и оценочных средств

ПК-2	Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность
ПК-2.2	Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).
ПК-2.3	Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.
ПК-8	Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных.
ПК-8.1	Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.
ОПК-6	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
ОПК-6.1	Осуществляет отбор психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) и применяет их в профессиональной деятельности с учетом различного контингента обучающихся.
ОПК-6.2	Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.

5.2. Технологическая карта достижения индикаторов

ПК-2.2	ПК-8.1	ОПК-6.1	
ПК-2.3		ОПК-6.2	
Лекционные занятия	Вопросы для самостоятельной работы		15 баллов.
Семинарские занятия	Вопросы для устного опроса	Тестовые задания Тематика докладов, сообщений	60
баллов			
Рубежный контроль (контрольная работа)	Задания для контрольной работы		10
баллов			
Презентация доклада	Тематика докладов, сообщений		5 балл

5.3. Формы контроля и оценочные средства

3.1. Вопросы для устного опроса (в рамках семинарского занятия):
Тема 1. Психология физического воспитания и спорта как прикладная отрасль психологического знания
1. Предмет психологии физического воспитания и спорта.
2. Методологическая основа психологии физического воспитания и спорта (методы, подходы, принципы).
3. Функции психологии физического воспитания и спорта как науки, ее задачи как учебного предмета.
4. Педагогическая направленность психологии физического воспитания и спорта.
5. Отличительные и общие черты психологии физического воспитания и психологии спорта.
Тема 2. Психологические особенности и авторитет тренера
1. Условия формирования авторитета тренера.
2. Виды авторитета: профессиональный, возраста, должности, нравственный, уступчивость, подавление, педантизм.
3. Критерии единого оптимального стиля авторитета тренера
4. Личностные и профессиональные психологические особенности.
Тема 3. Психологическая характеристика спортивной деятельности
1. Психологическая характеристика физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости и гибкости.
2. Виды подготовки спортсменов в тренировочном процессе.
3. Цикл компонентов тренировочного процесса: физические качества, техника выполнения действий, применение техники в определенных ситуациях.
Тема 4. Психические состояния в спорте
1. Понятие о психических состояниях. Структура психического состояния.
2. Особенности психических состояний в спорте.
3. Виды состояний:
- стартовые состояния (стартовая лихорадка, стартовая апатия, боевая готовность);
- состояния в тренировочной деятельности (эмоциональное напряжение, состояние мертвой точки, персеверация, истощение, эмоциональное пресыщение, монотония).

Тема 5. Особенности проведения психодиагностических исследований в спорте

1. Диагностика внимания.
2. Диагностика мышления.
3. Диагностика сенсомоторики.
4. Диагностика состояний.

Тема 6. Диагностика межличностных взаимоотношений в спортивном коллективе

Диагностика взаимоотношений.

Диагностика ценностных ориентаций.

Тема 7. Психорегуляция и психогигиена в спорте

1. Понятие о психорегуляции в спорте.
2. Методы гетерорегуляции: беседа, убеждение, приказ внушение, гипносуггестия, аппаратурные и безаппаратурные методы невербальной гетерорегуляции.

3. Методы ауторегуляции: аутогенная тренировка: «наивные» методы, простейшие методы, идеомоторная тренировка.

4. Понятие о психогигиене в спорте.

5. Методы психогигиены: внушение, гипносуггестия, аппаратурные методы и психофармакологические средства.

3.2. Вопросы к экзамену:

1. Предмет изучения в психологии физического воспитания и спорта.
2. Педагогический характер психологии физического воспитания.
3. Задачи психологии физического воспитания.
4. Значение занятий физическими упражнениями.
5. Психология спорта как прикладная отрасль научного знания.
6. Задачи психологии спорта.
7. Основы развития внимания и способы поддержания его на учебно-тренировочных занятиях.
8. Психологические особенности мыслительной деятельности на учебно-тренировочных занятиях.
9. Роль двигательной памяти в процессе занятия физическими упражнениями.
10. Факторы повышения активности школьников на уроках физической культуры.
11. Дидактические принципы организации занятий физической культурой.
12. Деятельность тренера.
13. Способности и умения тренера.
14. Авторитет тренера.
15. Виды стиля деятельности тренера.
16. Типы индивидуального стиля педагогической деятельности.
17. Условия формирования авторитета тренера.
18. Виды авторитета: профессиональный, возраста, должности, нравственный, уступчивость, подавление, педантизм.
19. Критерии единого оптимального стиля авторитета тренера
20. Личностные и профессиональные психологические особенности.
21. Спортсмен как субъект учебно-тренировочной деятельности.
22. Мотивационная сфера спортсмена и её возрастные особенности.
23. Эмоциональная сфера спортсмена и её возрастные особенности.
24. Самосознание спортсмена.
25. Сила воли.
26. Методы изучения личности спортсмена.
27. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта.
28. Психологическая систематика видов спорта.
29. Психологическая характеристика физических качеств.
30. Психологическое понимание двигательных навыков и особенности их формирования.

Стадии формирования двигательных навыков.

31. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных действий.

32. Роль представлений в управлении движениями.

33. Реакция в спорте.

34. Психологическое напряжение и перенапряжение в спортивной деятельности.

35. Общие признаки перенапряжения. Специальные признаки состояния нервозности, прочной стеничности и астеничности.

36. Понятие о психорегуляции в спорте.

37. Методы гетерорегуляции: беседа, убеждение, приказ внушение, гипносуггестия, аппаратурные и безаппаратурные методы невербальной гетерорегуляции.

38. Методы ауторегуляции: аутогенная тренировка: «наивные» методы, простейшие методы, идеомоторная тренировка.

39. Понятие о психогигиене в спорте.

40. Методы психогигиены: внушение, гипносуггестия, аппаратурные методы и психофармакологические средства.

3.3. Задание для выполнения контрольных работ

Контрольная работа «Психолого-педагогическая характеристика (портрет) личности занимающегося - спортсмена»

Для написания характеристики необходимо провести диагностику, выполнив все предложенные методики. К отчету должны быть приложены бланки с ответами, полученные количественные результаты и интерпретация всех используемых методик.

Характеристика должна отображать индивидуально-психологические особенности и отвечать требованиям предложенной структуры и логике изложения материала.

При оценивании характеристики учитывается: полнота представленных результатов диагностики, правильность интерпретации результатов, отсутствие лишней информации, корректность выводов.

3.4. Тестовые задания:

(полная база тестовых заданий хранится на кафедре):

Выбрать правильный ответ/ ответы:

1. Закономерности проявления и развития психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта - это ... психологии физической культуры и спорта.

1 предмет изучения

4. метод исследования

5. задача

6. структура

2. Функция учителя ФК, состоящая в выявлении у учащихся способностей, помощи в определении жизненного пути:

1. образовательно-просветительная

2. воспитательная

3. прогностически-ориентирующая

4. управленческо-организаторская

3. Оптимальным стилем деятельности учителя физкультуры является:

1. авторитарный

2. демократический

3. либеральный

4. сочетание разных стилей в зависимости от педагогической ситуации

4. Стремление к самоутверждению наиболее выражено в....

1. младшем школьном возрасте

2. среднем школьном возрасте

3. старшем школьном возрасте

4. дошкольном возрасте

5. Эмоциональная окраска всей деятельности характеризует:

1. младших школьников

2. средних школьников

3. старших школьников

4. студентов

6. Вид памяти, обеспечивающий запоминание сигналов, поступающих с проприорецепторов:

1. двигательная

2. тактильная

3. вестибулярная

4. слуховая

7. Эффективность этого метода обучения повышается с увеличением степени осмысленности и связности материала:

1. целостно-конструктивный

2. расчленено-конструктивный

3. интервальный

4. равномерный

8. Вид упражнений, в которых особенно будет проявляться решительность:

1. спортивные игры

2. бег на длинные дистанции

3. выполнение опорного прыжка

4. художественная гимнастика

9. Теорию управления движениями, основанную на принципе сенсорных коррекций сформулировал:

1. П.Я.Гальперин

2. Н.А.Бернштейн

3. Э.Торндайк

4. П.К.Анохин

10. Возникновение лишних движений на первом этапе обучения действиям связано с:

1. иррадиацией возбуждения в головном мозге

2. стабилизацией возбуждения в головном мозге

3. концентрацией возбуждения в головном мозге

4. образованием временной связи

12. Фаза психического напряжения в спорте, которой соответствуют капризность, частая смена настроения, сдерживаемая раздражительность

1. порочная стеничность
2. астеничность
3. нервозность
4. фрустрация
13. Мысленное преставление собственных движений - это....
  1. специализированное восприятие в спорте
  2. тактическое мышление
  3. волевая регуляция
  4. идеомоторная тренировка
14. Прием отвлечение, переключение нельзя применять, как способ психорегуляции предстартовых состояний, в состоянии:
  1. лихорадки
  2. апатии
  3. боевой готовности
  4. нервозности
- 3.5. Тематика докладов, сообщений:
Персоналии: исторический портрет Запись студента
Ф.И., группа
Агрессивность в спорте.
Личность спортсмена.
Групповое взаимодействие в командах.
Психологические основы тактических действий в спортивной деятельности.
Эффективность идеомоторного метода в управлении психическим стрессом в спорте.
Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
Оптимальное боевое состояние спортсмена.
Методы психодиагностики в спорте.
Виды конфликтов и конструктивные пути их решения.
Спорт и образ жизни.
Психологические особенности детей школьного возраста.
Психический стресс.
Сплоченность и психологический климат в спортивных командах.
Психотехнические игры в спорте.
Антиципация в спорте.
Идеомоторная подготовка в спорте.
Регуляция психического состояния.
Спорт в условиях глобальной информатизации.
Формирование двигательного навыка в избранном виде спорта.
Мотивация в спорте.
- 3.6. Вопросы для самопроверки (самоконтроля):
  1. Предмет и методы психологии физического воспитания и спорта, связь психологии с другими науками.
  2. Актуальные задачи психологии физического воспитания и спорта.
  3. Факторы, определяющие активность школьников на уроках физической культуры.
  4. Понятие о психомоторике, методы оценки уровня развития психомоторики на уроках физической культуры.
  5. Развитие двигательной памяти и двигательного воображения на уроках физической культуры.
  6. Структуру физического «Я», методы изучения особенностей физического «Я».
  7. Формирование у школьников навыков самоконтроля и самоанализа на уроках физической культуры.
  8. Мотивационные основы занятий физической культурой у детей младшего школьного возраста.
  9. Мотивационные основы занятий физической культурой у школьников подросткового возраста.
  10. Мотивационные основы занятий физической культурой у школьников старших классов.
  11. Особенности развития личности школьников в условиях физического воспитания.
  12. Развитие нравственных и волевых качеств средствами физического воспитания.
  13. Физиологические и психологические аспекты, взаимосвязи, эмоций и движений.
  14. Снижение тревожности и агрессивности средствами физических упражнений.
  15. Обучение элементарным приемам психической регуляции на уроках физической культуры.
  16. Влияние физических нагрузок различной интенсивности на умственную работоспособность.
  - Условия положительного влияния на интеллектуальное развитие.
  17. Психика как регулятор здоровья. Особенности здорового образа жизни и здорового стиля жизни.
  18. Возрастная динамика к оздоровительной физической культуре.
  19. Источники интереса и мотивация занятий к современным видам оздоровительной физической культурой.
  20. Психотренинг на занятиях физической культурой: цели и методы.
  21. Общие психологические особенности спорта как специфического вида деятельности.
  22. Психологические особенности спортивной тренировки и соревнований.
  23. Психологическое обеспечение спортивной, технической и тактической подготовки спортсмена.

24. Психологическая характеристика физических качеств и их развития.
25. Тактическое мышление спортсмена.
26. Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности.
27. психологическая структура личности спортсмена.
28. Социально – психологические особенности спортивной группы.
29. Психологические особенности личности тренера
30. Психологические особенности общения и взаимодействия в системе «тренер-спортсмен».
31. Психологические основы диагностики и отбора в спорте.
32. Характеристика психологических состояний спортсмена перед стартом.
33. Психорегуляция и психогигиена в спорте.
34. Психологическое обеспечение завершения спортивной карьеры.
35. Психологические особенности работы учителя физической культуры со школьниками спортсменами.
36. Влияние физической подготовленности на устойчивость к эмоциональным стрессам.

3.7Проектировочное задание (полный комплект заданий хранится на кафедре):
Студентам предлагается самостоятельно составить план годовичного цикла психологической подготовки спортсменов.

При составлении плана годовичного цикла психологической подготовки спортсменов студент должен учитывать следующие положения: в работе необходимо определить возраст и уровень спортивного мастерства спортсменов, для которых предназначен план.

Факт соответствия целей и задач, включенных в работу.

Средства психологической подготовки должны быть распределены на общие (средства общей психологической подготовки), специальные (средства специальной психологической подготовки), предназначенные для ситуативного управления (средства секундирования), восстановительные (средства психогигиены и психорегуляции).

Комплекс должен быть рассчитан на годичный цикл.

В работе следует выделить: а) средства психодиагностики; б) средства общего психологического развития; в) средства специального психологического развития; г) средства контрольной психодиагностики.

Обязательным является включение в план методов и средств гетеротренинга, повышения эмоциональной устойчивости к экстремальным ситуациям соревновательного характера.

3.8. Портфолио:

- участие в научно-практических конференциях по проблемам психологии физической культуры и спорта;
- написание статей в научных сборниках и журналах;
- участие и призерские номинации в студенческих олимпиадах и конкурсах по психологии физической культуры и спорта;
- участие в профессиональных конкурсах

5.4. Оценка результатов обучения в соответствии с индикаторами достижения компетенций

- ПК-2 Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность
- ПК-2.2 Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).
- ПК-2.3 Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.
- ПК-8 Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных.
- ПК-8.1 Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.
- ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
- ОПК-6.1 Осуществляет отбор психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) и применяет их в профессиональной деятельности с учетом различного контингента обучающихся.
- ОПК-6.2 Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.

Неудовл.: не достигнут

Удовл. Пороговый уровень. Знает в самых общих чертах алгоритм планирования, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства; подходы к сопровождению соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки. Знает способы организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности, пути выявления

проблем в организации спортивной работы и вариантах коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов. Умеет в самых общих чертах осуществлять планирование, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе

совершенствования спортивного мастерства; реализовывать подходы к сопровождению соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки; подбирать способы организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности; определять пути выявления проблем в организации спортивной работы и подбирать варианты коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов. Владеет в самых общих чертах различными способами осуществления планирования, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства; способами организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности, путями выявления проблем в организации спортивной работы и вариантами коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов.

Хорошо. Базовый уровень. Знает не в полной мере алгоритм планирования, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства; подходы к сопровождению соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки. Знает способы организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности, пути выявления проблем в организации спортивной работы и вариантах коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов. Умеет не в полной мере осуществлять планирование, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства; реализовывать подходы к сопровождению соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки; подбирать способы организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности; определять пути выявления проблем в организации спортивной работы и подбирать варианты коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов. Владеет не в полной мере различными способами осуществления планирования, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства; способами организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности, путями выявления проблем в организации спортивной работы и вариантами коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов.

Отлично. Высокий уровень. Знает алгоритм планирования, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства; подходы к сопровождению соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки. Знает способы организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности, пути выявления проблем в организации спортивной работы и вариантах коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов. Умеет осуществлять планирование, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства; реализовывать подходы к сопровождению соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки; подбирать способы организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности; определять пути выявления проблем в организации спортивной работы и подбирать варианты коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов. Владеет различными способами осуществления планирования, учета, анализа и коррекции результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства; способами организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности, путями выявления проблем в организации спортивной работы и вариантами коррекции в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л1.1	Г. Д. Бабушкин ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта	Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]: учебное пособие — Омск : [б. и.], 2012 — URL: https://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/852357/	9999
Л1.2	под общ. ред. Б. П. Яковлева, проф. Г. Д. Бабушкина	Психология физической культуры — Москва : Спорт, 2016 — URL: http://www.iprbookshop.ru/55586.html	9999
Л1.3	Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев	Психологическое обеспечение спортивной деятельности: учебное пособие — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019 — URL: http://www.iprbookshop.ru/86337.html	9999

6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л2.1	Е. Н. Гогун, Б. И. Мартыанов	Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений — Москва : Академия, 2004	51
Л2.2	И. Ю. Кулагина, В. Н. Колоцкий	Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека: учебное пособие для вузов — Москва : Академический проект, 2020 — URL: http://www.iprbookshop.ru/110032.html	9999
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"			
Э1	Психология спорта		
Э2	Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]		
Э3	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов[Электронный ресурс].		
Э4	Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов[Электронный ресурс]		
Э5	Единое окно доступа к образовательным ресурсам[Электронный ресурс].		
Э6	Российский образовательный портал[Электронный ресурс].		
6.3.1 Перечень программного обеспечения			
6.3.1.1	Пакет Microsoft Office		
6.3.1.2	Пакет LibreOffice		
6.3.1.3	Пакет OpenOffice.org		
6.3.1.4	Операционная система семейства Windows		
6.3.1.5	Операционная система семейства Linux		
6.3.1.6	Интернет браузер		
6.3.1.7	Программа для просмотра электронных документов формата pdf, djvu		
6.3.1.8	Медиа проигрыватель		
6.3.1.9	Программа 7zip		
6.3.1.10	Пакет Kaspersky Endpoint Security 10 for Windows		
6.3.1.11	Редактор изображений Gimp		
6.3.1.12	Редактор изображений Inkscape		
6.3.1.13	CorelDraw Graphics Suite X4		
6.3.2 Перечень информационных справочных систем			
6.3.2.1	Межрегиональная аналитическая роспись статей : поиск статей в российской периодике (МАРС) / АРБИКОН		
6.3.2.2	Национальная электронная библиотека : федеральная государственная информационная система / Министерство культуры Российской Федерации, Российская государственная библиотека		
6.3.2.3	Сетевая электронная библиотека педагогических вузов // Электронно-библиотечная система Лань / Издательство Лань		
6.3.2.4	Президентская библиотека имени Б. Н. Ельцина		
6.3.2.5	МЭБ. Межвузовская электронная библиотека / Новосибирский государственный педагогический университет		
6.3.2.6	Электронная библиотека НПБ / Алтайский государственный педагогический университет, Научно-педагогическая библиотека		
6.3.2.7	eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека		
6.3.2.8	Цифровой образовательный ресурс IPR Smart / Ай Пи Ар Медиа		
6.3.2.9	Гарант: информационное-правовое обеспечение		

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	1. Оборудованные учебные аудитории, в том числе с использованием видеопроектора и подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-
7.2	образовательную среду Университета.
7.3	2. Аудитории для самостоятельной работы с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
7.4	3. Компьютерный класс с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
7.5	4. Аудио, -видеоаппаратура.
7.6	5. Учебно-наглядное оборудование: учебные карты.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Учебная работа проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов. На лекциях студенты получают наиболее важные теоретические знания определённой темы, затруднительные для самостоятельного изучения. В конце каждой лекции называются литературные источники, которые позволят подготовиться к семинарским занятиям. Сообщается тема следующей лекции, задаются вопросы преподавателям по темам дисциплины. Для эффективного овладения курсом «Психология физического воспитания и спорта» предлагаются следующие методические рекомендации.

1. В ходе изучения курса используйте современные источники знаний по проблемам теории и методики физического воспитания: учебники, изданные в последние годы, ресурсы Интернет, научные статьи, опубликованные в журналах. Например, в журнале «Физическая культура в школе» публикуются статьи по наиболее сложным и актуальным проблемам организации учебного процесса.
2. Сопоставляйте знания, полученные при изучении теоретических источников, раскрывающих технологии применения теоретических подходов с практическими навыками, полученными в ходе занятий, отслеживайте пробелы в теории и практике.
3. При изучении основных разделов, тем, вопросов курса ставьте конкретные цели (что узнать, чему научиться, какие способности сформировать или усовершенствовать), определяйте сроки достижения этих целей (промежуточные и итоговые).
4. В ходе работы над содержанием курса для углубленного и детального изучения отбирайте наиболее значимые для предстоящей педагогической деятельности концепции, теории, понятия.
5. Обращайте внимание на новые подходы, аспекты и оценки педагогических явлений и процессов, изученных на предыдущих этапах Вашего педагогического образования.
6. Сравняйте подходы разных авторов к раскрытию существенных свойств изучаемых педагогических явлений и процессов.
7. Соотнесите изучаемые теоретические положения с известными педагогическими фактами, оценивайте практическую ценность изучаемых положений, возможности их применения в современных образовательных учреждениях.
8. Используйте различные способы отбора, систематизации и структурирования знаний о педагогическом процессе: накапливайте электронные ресурсы, конспектируйте наиболее значимые положения, составляйте таблицы, разрабатывайте схемы и модели, в которых отражены наиболее существенные характеристики изучаемых педагогических явлений и процессов.
9. Осуществляйте пошаговый и итоговый самоконтроль за процессом усвоения теории и практики, используйте различные критерии самооценки: полнота знаний, систематичность, оперативность, гибкость знаний и т.д.

При подготовке к семинарским занятиям следует использовать основную и дополнительную литературу из представленного списка. На семинарских занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике семинарских занятий.

В рамках изучения учебных дисциплин необходимо использовать передовые информационные технологии – компьютерную технику, электронные базы данных, Интернет.

Целями самостоятельной работой студента является:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умения использовать справочную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений.

Самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, в соответствии с технологической картой дисциплины и может содержать в себе следующие задания:

- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции, изучение рекомендуемых литературных источников, конспектирование источников);
- выполнение контрольных работ;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet (использование аудио- и видеозаписи);
- составление схем, таблиц, для систематизации учебного материала;
- выполнение тестовых заданий;

- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, тезисов, докладов, рефератов, конспектов занятий;
- подготовка к зачету;
- подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения.

Изучение дисциплины «Психология физического воспитания и спорта» предполагает наличие текущих контролей и промежуточной аттестации по дисциплине.

Для подготовки доклада или сообщения:

1. Выбрать из списка заданий для самостоятельной работы интересующую тему;
2. Используя предметный каталог библиотеки, подобрать необходимую литературу по данной теме;
3. Подготовить текст сообщения (не более 1,5-3 страниц машинописного или рукописного текста);
4. Доложить на практическом занятии.

Для подготовки к экзамену:

1. Ознакомиться с перечнем экзаменационных вопросов.
2. Прочсть записи лекций.
3. Прочсть конспекты семинарских занятий.
4. Внести недостающие термины в глоссарий.
5. С вопросами, которые не обсуждались на лекциях и семинарских занятиях, ознакомиться по рекомендованным источникам в списке основной литературы РПД.

По окончании изучения дисциплины "Психология физического воспитания и спорта" проводится экзамен. Оценка уровня знаний осуществляется в соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов АлтГПУ.

Методические рекомендации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Специальные условия обучения в АлтГПУ определены «Положением об инклюзивном образовании». Данным «Положением» предусмотрено заполнение студентом при зачислении в университет анкеты «Определение потребностей обучающихся в создании специальных условий обучения», в которой указываются потребности лица в организации доступной социально образовательной среды и помощи в освоении образовательной программы.

Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов

обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования.

Построение образовательного процесса ориентировано на учет индивидуальных возрастных, психофизических особенностей обучающихся, в частности предполагается возможность разработки индивидуальных учебных планов.

Реализация индивидуальных

учебных планов сопровождается поддержкой тьютора (родителя, взявшего на себя тьюторские функции в процессе обучения, волонтера).

Обучающиеся с ОВЗ, как и все остальные студенты, могут обучаться по индивидуальному учебному плану в установленные сроки с учетом индивидуальных особенностей и специальных образовательных потребностей конкретного обучающегося. Срок получения высшего образования при обучении по индивидуальному учебному плану для лиц с ограниченными возможностями здоровья может быть при необходимости увеличен, но не более чем на год.

При составлении индивидуального графика обучения для лиц с ОВЗ возможны различные варианты проведения занятий:

- проведение индивидуальных или групповых занятий с целью устранения сложностей в усвоении лекционного материала, подготовке к семинарским занятиям, выполнению заданий по самостоятельной работе. Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения.

- выполнение под руководством преподавателя индивидуального проектного задания, позволяющего сочетать теоретические знания и практические навыки;

- применение мультимедийных технологий в процессе ознакомительных лекций и семинарских занятий, что позволяет экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем;

- дистанционную форму индивидуальных консультаций, выполнения заданий на базе платформы «Moodle». Основным достоинством дистанционного обучения для лиц с ОВЗ является то, что оно позволяет полностью индивидуализировать содержание, методы,

формы и темпы учебной деятельности инвалида, следить за каждым его действием и операцией при решении конкретных задач; вносить вовремя необходимые коррективы как в деятельность студента-инвалида, так и в деятельность преподавателя. Дистанционное

обучение также позволяет обеспечивать возможности коммуникаций не только с преподавателем, но и с другими обучаемыми, сотрудничество в процессе познавательной деятельности (форум, вебинар, skype-консультирование).

Эффективной формой проведения он-

лайн-занятий являются вебинары, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью сетевого взаимодействия всех участников дистанционного обучения.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной ат-

тестации преподавателя, в соответствии с потребностями студента, отмеченными в анкете, и рекомендациями

специалистов дефектологического профиля, разрабатывает фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе.

Форма проведения текущей аттестации для студентов с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости лицам с ОВЗ

может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на зачете или экзамене, выполнения задания по самостоятельной работе.

Студент с ограниченными возможностями здоровья обязан:

- выполнять требования образовательных программ, предъявляемые к степени овладения соответствующими знаниями;
- самостоятельно сообщить в соответствующее подразделение по работе со студентами с ОВЗ о наличии у него подтвержденной в установленном порядке ограниченных возможностей здоровья, жизнедеятельности и трудоспособности (инвалидности) необходимости создания для него специальных условий.