



УТВЕРЖДАЮ
Врио директора
К.А. Васильев
«31» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ

Направление подготовки (специальность):

49.02.01 Физическая культура (повышенный уровень)

Профиль (при наличии): *педагог по физической культуре и спорту*

	Очная форма*	Заочная форма*
Индекс по учебному плану	<i>ОП.02</i>	
Группа	<i>135</i>	
Курс	<i>1 курс на базе 11 классов</i>	
Семестр	<i>2 семестр</i>	
Общее количество часов:	<i>98 часов</i>	
Аудиторные занятия	<i>98 часов</i>	
Форма контроля	<i>2 семестр: экзамен</i>	

* – в соответствии с учебным планом

г. Ханты-Мансийск, 2023

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта 49.02.01 Физическая культура (повышенный уровень) по направлению подготовки (профилю направления, специальности) педагог по физической культуре и спорту

Рабочая программа учебной дисциплины разработана:

Л.А. Дубовицкая (преподаватель)

(должность, статус разработчика).

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на методическом объединении «29» августа 2023г. протокол № 1

Руководитель структурного подразделения _____

К.Е.Подтёпина, И.о заместителя директора по УР

Рабочая программа учебной дисциплины утверждена на заседании педагогического совета: протокол №1 от «30» августа 2023 г., приказ № 687-од от «31» августа 2023 г.

Председатель совещательного коллегиального органа по учебной (учебно-методической) работе _____ К.А. Васильев,

(Ф.И.О., должность, статус, подпись).

Врио директора.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.02 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.02 Основы психологии» является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 09.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 09	применять знания психологии при решении педагогических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности.	предмет, задачи и методы психологии; развитие психологии как науки; психика и ее развитие; сознание и самосознание; деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; эмоционально-волевые процессы; индивидуально-психологические особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность; структура личности; формирование личности.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 98 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 98 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	98
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	98
в том числе:	
лекционных занятий	74
практические занятия	24
Зачет	
<i>Итоговая аттестация</i>	<i>экзамен</i>

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»

2 семестр: 98 часа (74- теоретических, 24 часов – практических)

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Основы общей психологии		34/10	
Тема 1.1. Психология как наука и область гуманитарной практики	Содержание учебного материала. 1. Общее представление о психологии как науке, научная и житейская психология. 2. Предмет и объект психологии: психические явления и психологические факты.	2	ОК 01 ОК 02 ОК 09
Тема 1.2. Биологические основы психики. Сознание и самосознание.	Содержание учебного материала. 3. Мозг, психика и нервная система. 4. Мозг, психика и нервная система 5. Структура психики. 6. Структура психики.	4	ОК 01 ОК 02 ОК 09
Тема 1.3. Личность и ее структура	Содержание учебного материала. 7. Проблема личности в психологии, теории личности в зарубежной и отечественной психологии. 8. Личность, индивидуальность, индивид	2	ОК 01 ОК 02 ОК 09
Тема 1.4. Психологическая теория деятельности. Мотивация.	Содержание учебного материала. 9. Основные понятия теории деятельности (потребность, мотив, цель, задача, действие, операция, результат). 10. Структура деятельности: мотивационно-потребностные и операционально-технические аспекты. 11. Классификация потребностей и мотивов: побудительные и притягательные мотивы (установка, влечение, желание, интерес, мечта, идеалы, убеждения). 12. Виды деятельности, понятие о творческой деятельности.	4	ОК 01 ОК 02 ОК 09
Тема 1.5. Темперамент и	Содержание учебного материала.	5	ОК 01

характер	13. Тип темперамента, свойства темперамента. Тип ВНД и свойства нервной системы. 14. Индивидуальный стиль деятельности и темперамент. 15. Характер как совокупность устойчивых свойств человека. 16. Характер и поведение, структура характера, черты характера. 17. Акцентуации характера.		ОК 02 ОК 09
	Самостоятельная работа обучающихся: - Определение личного типа темперамента по тесту Белова. Решение психологических задач.	2	
Тема 1.6. Эмоционально - волевая сфера	Содержание учебного материала. 18. Определение и значение произвольности, воли. Побудители к волевому действию. 19. Волевые процессы, качества. Развитие воли у человека.	2	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	20. Практическое занятие. Семинар. Диагностика личной волевой регуляции психической деятельности по тесту Кеттелла. 21. Практическое занятие. Практикум. Решение психолого-педагогических задач.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: реферат на тему «Значение произвольности и воли в ФК и С».	2	
Тема 1.7. Эмоции и чувства.	Содержание учебного материала. 22. Эмоции как особый класс психических процессов и состояний, причины их возникновения, связь с мотивационно-потребностной сферой человека. 23. Функции эмоций.	2	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	24. Практическое занятие. Семинар. Виды эмоций.	1	
Тема 1.8. Способности личности	Содержание учебного материала. 25. Структура способностей. Общие и специальные способности. 26. Активность и саморегуляция, как базовые компоненты способностей. 27. Сензитивные периоды в развитии способностей.	3	ОК 01 ОК 02 ОК 09
Тема 1.9. Ощущение, восприятие	Содержание учебного материала. 28. Познавательные процессы. 29. Психология ощущения и восприятия.	3	ОК 01 ОК 02 ОК 09

	30. Понятия, свойства, виды, функции, развитие ощущений и восприятия.		
	31. Практическое занятие. Практикум. Определение личностных особенностей восприятия, ощущений, репрезентативной системы.	1	
Тема 1.10. Память, внимание	Содержание учебного материала. 32. Понятия, свойства, виды, функции внимания. Возрастные особенности развития внимания. 33. Понятия, свойства, виды, функции, развитие памяти. 34. Возрастные особенности развития памяти. Мнемоника.	3	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	35. Практическое занятие. Практикум. Диагностика развития внимания и памяти человека. 36. Практическое занятие. Семинар. Значение развития внимания и памяти в профессиональной педагогической деятельности.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка к семинару	1	
Тема 1.11. Воображение, мышление, речь	Содержание учебного материала. 37. Понятия, свойства, виды, функции, развитие мышления. 38. Воображение как психический процесс. 39. Творческое мышление и обучение.	3	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	40. Практическое занятие. Практикум. Диагностика словесно-логического мышления по тесту Кеттелла.	1	
	Содержание учебного материала. 41. Речь как познавательный процесс. Функции речи. Виды речевой деятельности и их особенности. Свойства речи.	1	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	42. Практическое занятие. Семинар. Развитие речи человека. 43. Практическое занятие. Семинар. Роль речи в физической культуре и спорте.	2	
	Самостоятельная работа Подготовка к контрольной работе	2	
	44. Практическое занятие. Контрольная работа	1	

Раздел 2. Возрастная		16/5	
-----------------------------	--	------	--

ПСИХОЛОГИЯ			
Тема 2.1. Категория возраста и проблема периодизации психического развития	45. Категория возраста и проблема периодизации психического развития 46. Периодизации развития в российской и зарубежных психологических теориях. 47. Стадии жизненного пути или этапы идентификации Э. Эриксона. 48. Стадии интеллектуального развития Ж. Пиаже.	4	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	Самостоятельная работа. Изучение теории Л.С. Выготского.	2	
Тема 2.2 Возрастные этапы развития детства.	49. Младенчество. 50. Раннее детство. 51. Дошкольный возраст 52. Младший школьный возраст. 53. Младший школьный возраст. 54. Подростковый возраст. 55. Подростковый возраст. 56. Юношеский возраст. 57. Юношеский возраст.	9	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	58. Практическое занятие. Практикум. Заполнить таблицу «Возрастные новообразования ребенка» в соответствии с возрастными этапами развития. 59. Практическое занятие. Практикум. Заполнить таблицу «Особенности кризисов детства» в соответствии с возрастными этапами развития.	2	
Тема 2.3. Основные концепции психологии обучения	Содержание учебного материала. 60. Основные понятия психологии обучения. 61. Психологическая сущность программированного обучения. 62. Сущность и организация проблемного обучения.	3	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	63. Практическое занятие. Семинар. Концепция развивающего обучения Л.В. Занкова. 64. Практическое занятие. Семинар. Гипотеза Гальперина о поэтапном формировании умственных действий. Концепция В.В. Давыдова о содержательных обобщениях в обучении. 65. Практическое занятие. Практикум. Контрольные задания по разделу:	3	

	«Основные концепции психологии обучения»		
	Самостоятельная работа. Подготовить сообщения к семинарам.	1	
Раздел 3. Психология физической культуры и спорта		24/9	
Тема 3.1. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании	66. Психофизиологическая основа для занятий физической культурой и спортом. 67. Развитие эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания. 68. Развитие психомоторных и познавательных психических процессов в физическом воспитании. 69. Возрастные особенности деятельности учащихся в физическом воспитании и спорте. 70. Методы изучения личности школьника.	5	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	71. Практические занятия. Практикум. Анализ психолого-педагогических ситуаций в работе педагога физической культуры и спорта 72. Практические занятия. Практикум. Анализ психолого-педагогических ситуаций в работе педагога физической культуры и спорта	2	
Тема 3.2. Личность учителя физической культуры	Содержание учебного материала. 73. Общие требования к деятельности учителя физической культуры. 74. Психологические условия проведения урока физической культуры	2	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	75. Практическое занятие. Семинар. Психологические основы педагогического такта. 76. Практические занятия. Практикум. Анализ психолого-педагогических ситуаций.	2	
Тема 3.3. Понятие группы и коллектива в спорте	Содержание учебного материала. 77. Внимание в спорте. 78. Особенности зрительного восприятия в командных видах спорта. 79. Особенности запоминания на уроках физической культуры. 80. Тактическое мышление спортсмена. 81. Тактическое мышление спортсмена.	5	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	82. Практические занятия. Анализ психолого-педагогических ситуаций. 83. Практические занятия. Анализ психолого-педагогических	2	

	ситуаций.		
Тема 3.4. Психологические особенности тренировочной деятельности спортсмена	Содержание учебного материала. 84. Психологические особенности спортивного соревнования 85. Причины, влияющие на динамику предсоревновательного психического напряжения. 86. Приемы коррекции неблагоприятных предстартовых состояний (апатия, лихорадка). 87. Мотивация спортивной деятельности. 88. Психодиагностика в спорте. Психологические основы отбора в спорте. 89. Психология карьеры в спорте	6	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	90. Практическое занятие. Практикум. Разработка психолого-педагогических рекомендаций по психологическому обеспечению спортивной тренировки и соревнований.	1	
Тема 3.5. Индивидуально-типические особенности спортсменов и их проявления в спортивной деятельности	Содержание учебного материала. 91. Способности и типологические особенности свойств нервной системы 92. Типологические особенности в тренировочном процессе и соревновательной деятельности. 93. Типологические особенности и оптимальность условий спортивной деятельности 94. Психология преодоления экстремальных ситуаций соревновательного характера.	4	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	95. Практическое занятие. Практикум. Применение психологических проб-тестов для определения состояния психической готовности спортсменов (школьников) к соревнованию 96. Практическое занятие. Практикум. Применение психологических проб-тестов для определения состояния психической готовности спортсменов (школьников) к соревнованию	2	
Тема 3.6. Психогигиена в спорте	Содержание учебного материала. 97. Методы восстановления психической работоспособности. 98. Психогигиеническое значение психологического климата в коллективе.	2	ОК 01 ОК 02 ОК 09

	Экзамен		
--	----------------	--	--

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Педагогики и психологии», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 примерной образовательной программы по данной специальности.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

1. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Макарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 185 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00903-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490034> (дата обращения: 12.08.2022).

2. Савенков, А. И. Педагогическая психология в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / А. И. Савенков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02105-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491042> (дата обращения: 12.08.2022).

3. Бороздина, Г. В. Основы педагогики и психологии : учебник для среднего профессионального образования / Г. В. Бороздина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 477 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6288-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490180> (дата обращения: 12.08.2022).

4. Дубровина И.В., Данилова Е.Е., Прихожан А.М. Психология: учебник для учреждений СПО: ЭУМК. – Москва: Издательский центр «Академия», 2021. – 496 с.

5. Общая психология и психологический практикум: учебник и практикум для СПО/Д.М. Рамедник.- М.: Издательство Юрайт, 2019.-274 с.

6. Столяренко Л.Д. Психология. Учебник для вузов. – Спб.: Питер, 2012.

7. Возрастная и педагогическая психология: учебник для СПО/под. Ред. Сосновского. –М.: Из-во Юрайт, 2018, -359с.

8. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Питер, 2012. – 352 с.

9. Психопедагогика спорта: учеб.пособие для СПО/Г.Д. Горбунов – М.: Юрайт, 2020. – 269с.

3.2.3. Дополнительные источники

1. Бухарова, И. С. Психология. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования [Текст] / И. С. Бухарова, М. В. Бывшева,

Е. А. Царегородцева. – 2–е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 208 с.

2. Васильева, Н. Н. Психология: учеб. пособие для СПО [Текст] / С. В. Феокистова, Т. Ю. Маринова, Н. Н. Васильева. – 2–е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2018. – 234 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять знания общей психологии при решении психологических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности 	<ul style="list-style-type: none"> – использование знаний психологии при решении психологических задач; – поиск, выбор и применение методик для определения индивидуальных особенностей познавательной сферы, индивидуально-типологических и личностных особенностей. 	<ul style="list-style-type: none"> – оценка результатов выполнения практической работы; – экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы.
<p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – предмет, задачи и методы психологии; – развитие психологии как науки; – психика и ее развитие; – сознание и самосознание; – деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; – познавательные психические процессы: ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; – человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность, структура личности; – самосознание, Я- 	<ul style="list-style-type: none"> – знание предмета, задач и методов психологии как науки; этапов развития психологии как науки; – понимание возникновения и развития психики, сравнение психики животных и человека; – понимание сознания как формы отражения человеком действительности – знание понятия деятельность, структуры деятельности, видов деятельности; – анализ закономерностей формирования различных видов деятельности; – знание понятия, видов различных познавательных психических процессов; – понимание значения познавательных психических процессов в жизни человека; 	<ul style="list-style-type: none"> – анализ и оценка решения тестовых заданий; – анализ и оценка решения ситуационных задач; – анализ и оценка презентации по выбранной теме

<p>концепция; направленность личности;</p> <ul style="list-style-type: none"> – эмоции, чувства, воля, темперамент; – индивидуально-типологические особенности человека: характер, задатки, способности. 	<ul style="list-style-type: none"> – сравнение познавательных психических процессов; – знание проекций человека в психологии (человек, как индивид, субъект, личность, индивидуальность), структуры личности; – знание самосознания, структуры самосознания, направленности личности, понимание Я-концепции; – оценка механизмов психологической защиты личности; – понимание значения эмоций, чувств и воли в жизни человека; – знание основных типов темперамента; – понимание значения темперамента в жизни человека, оценка влияния типа темперамента на деятельность человека; – знание индивидуально-типологических особенностей человека (характер, задатки, способности); – понимание значения их в жизни человека, оценка влияния характера и способностей на деятельность человека. 	
--	--	--