Приложение 1

к Основной профессиональной

образовательной программе ПССЗ



УТВЕРЖДАЮ

Врио директора

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.А. Васильев

«31» августа 2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

 ПСИХОЛОГИЯ

**Направление подготовки (специальность):**

*49.02.01 «Физическая культура» (повышенный уровень)*

Профиль *(при наличии)*: *педагог по физической культуре и спорту/тренер/учитель физической культуры*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Очная форма\* | Заочная форма\* |
| Индекс по учебному плану | *ОДБ.03* |  |
| Курс | *1 курс на базе 11 классов**2 курс на базе 11 классов**2 курс на базе 9 классов**3 курс на базе 9 классов* |  |
| Семестр | *2 семестр - 1 курс на базе 11 кл.**3 семестр - 2 курс на базе 11 кл.**4 семестр - 2 курс на базе 9 кл.**5 семестр - 3 курс на базе 9 кл.* |  |
| Общее количество часов: | *126 часов* |  |
| Аудиторные занятия | *96 часов* |  |
| Самостоятельная (внеаудиторная) работа | *30 часов* |  |
| Форма контроля | *2 семестр: к/р**3 семестр: экзамен**4 семестр: к/р**5 семестр: экзамен* |  |

\* – *в соответствии с учебным планом*

г. Ханты-Мансийск-2022

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/тренер/учитель физической культуры*

Рабочая программа учебной дисциплины разработана:

Л.А. Дубовицкая (преподаватель)

*(должность, статус разработчика)*.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на методическом объединении «29» августа 2022г. протокол № 1

Руководитель структурного подразделения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ К.Е.Подтёпина, Ио заместителя директора по УР

Рабочая программа учебной дисциплины утверждена на заседании педагогического совета: протокол №11 от «30» августа 2022 г., приказ № 782-од от «31» августа 2022 г.

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

 *(Ф.И.О., должность, статус, подпись).*

Врио директора.

# **СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
|  | стр. |
| **ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | 4 |
| **СТРУКТУРА и содержание УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | 8 |
| **условия реализации учебной дисциплины** | 16 |
| **Контроль и оценка результатов Освоения учебной дисциплины** | 17 |

**1. паспорт ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.06. Психология**

* 1. **Область применения программы**

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО **49.02.01 «Физическая культура»**

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** курс «Психология» изучается в рамках цикла общепрофессиональной дисциплины

**1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен**:**

**Знать***:*

|  |  |
| --- | --- |
| з.1 | Общую психологию личности и деятельности, отечественной психологии |
| 3. 1.1. | предмет задачи психологии и ее связь с другими дисциплинами |
| 3 .1.2. | общую психологию личности; |
| 3.1.3. | общую психологию деятельности; |
| 3.1.4. | особенности речевой деятельности |
| З.2 | методы психологии,  |
| 3.3. | Особенности познаватель­ных процессов и пути их развития; |
| 3.3.1 | особенности внимания; |
| 3.3.2. | особенности сенсорно-перцептивных процессов личности; |
| 3.3.3. | особенности памяти; |
| 3.3.4. | особенности мышления и воображения личности; |
| З.4 | особенности эмоционально-волевых процессов личности и пути управления ими; |
| З.5. | Особенности индивидуально-психологических свойств личности: |
| З. 5.1. | особенности направленности личности; |
| З. 5.2. | особенности типов темперамента личности; |
| 3.5.3. | особенности характера личности; |
| З.5.4. | особенности задатков и способностей личности; |
| З.6. | возрастную периодизацию; |
| З.6. | возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности; |
| З.6. | особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; |
| З.6. | групповую динамику; |
| З.6. | понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения; |
| З.7. | основы психологии творчества; |
| З.7.1 | психологические основы развития индивидуальности и личности учащегося и спортсмена в процессе физкультурно-спортивной деятельности; |
| З.7.2. | механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности у учащихся и спортсменов; |
| З. 7.3. | психологические основы обучения двигательным действиям |
| З.8. | методики изучения психологических особенностей спортсменов; |
| З.9. | психотехнологии воздействия на личность обучающегося и спортсмена. |

**Уметь:**

|  |  |
| --- | --- |
| У.1. | Применять знания по психологии при решении педагогических задач;  |
| У.1.1. | проводить индивидуальную беседу на предварительно заданную тему; |
| У.1.2. | проводить несложный количественный анализ результатов данных с использованием статистических показателей; |
| У.1.3. | разделять деятельность на структурные компоненты.  |
| У.2. | Выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся:  |
| У.2.1 | работать с тестами при изучении индиви­дуальных познавательных процессов личности(сенсорно-перцептивных процессов, внимания, памяти, мышления, воображения, эмоций и чувств)  |
| У.2.2. | работать с тестами при изучении индиви­дуальных особенностей характера, темперамента, способностей |
| У.3. | Применять знания по психологии при изучении профессиональных модулей |
| У.3.1. | визуально определять эмоциональные показатели личности; |
| У.3.2. | определять тип тем­перамента путем наблюдения за поведением человека, анализа конкрет­ных ситуаций и автобиографических сочинений;  |
| У.3.3 | исследовать способ­ности личности; |
| У.3.4 | осуществлять изучение особенностей личности учащихся с по­мощью Методик сравнительного изучения учащихся;  |
| У 3.5. | осуществлять изучение особенностей личности учащихся с по­мощью методик сравнительного изучения учащихся;  |
| У 3.6. | объяснять психологические осо­бенности возраста;  |
| У 3.7. | определять социометрические параметры группы; |
| У.3.8 | оказывать психологическое воздействие на личность и группу; |
| У.3.9. | выявлять актив в группе; |
| У.3.10 | исследовать нормативные предпочтения в группе. |

**Коды формируемых компетенций:**

OK1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

OK 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

OK11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно­-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-­тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физического культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в областиобразования, физической культуры и спорта.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 126 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 96 часов;

самостоятельной работы обучающегося30 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)** | *126* |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)**  | *96* |
| в том числе: |  |
|  лекционных занятий | *72* |
|  практические занятия | *24* |
|  Зачет |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | *30* |
| в том числе: |  |
| Внеаудиторная самостоятельная работа |  |
| Подготовка реферата | *12* |
| Подготовка к зачету, экзамену | *8* |
|  Подготовка контрольной работы, работа с учебником | *10* |
| *Итоговая аттестация экзамен* |

# **2.2.Тематический план и содержание учебной дисциплины «Психология»**

**Для: 2 курса (9) 130-131 группы 4 семестр, 1 курс (11) 133 группа 2 семестр**

**42часа (32- теоретических, 10 часов – практических, 15 – самостоятельная работа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)** *(если предусмотрены)* | **Объем часов** |
| **Раздел 1.Основы общей психологии** |  |
| 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** |
| Тема 1.2. Биологические основы психики. Сознание и самосознание. | Содержание учебного материала.3. Мозг, психика и нервная система.  4.Структура психики. | **2** |
| Тема 1**.3**. Личность и ее структура | Содержание учебного материала.5.Проблема личности в психологии, теории личности в зарубежной и отечественной психологии. 6.Личность, индивидуальность, индивид | **2** |
|  | Самостоятельная работа: реферат на тему «Формирование личности средствами физической культуры и спорта» | **2** |
| Тема 1.4.Психологическая теория деятельности. Мотивация. | Содержание учебного материала.7.Основные понятия теории деятельности (потребность, мотив, цель, задача, действие, операция, результат). 8.Структура деятельности: мотивационно-потребностные и операционально-технические аспекты. 9.Классификация потребностей и мотивов: побудительные и притягательные мотивы (установка, влечение, желание, интерес, мечта, идеалы, убеждения). 10.Виды деятельности, понятие о творческой деятельности. | **4** |
| Тема 1.5.Темперамент и характер | Содержание учебного материала.11. Тип темперамента, свойства темперамента. Тип ВНД и свойства нервной системы. 12.Индивидуальный стиль деятельности и темперамент. 13.Характер как совокупность устойчивых свойств человека.14.Характер и поведение, структура характера, черты характера.15.Акцентуации характера. | **5** |
|  | Самостоятельная работа обучающихся: - Определите свой типа темперамента по тесту Айзенка. Сделайте вывод. Решение психологических задач. | 2 |
| Тема 1.6.Эмоционально - волевая сфера | Содержание учебного материала.16.Определение и значение произвольности, воли. Побудители к волевому действию. 17.Волевые процессы, качества. Развитие воли у человека.  | **2** |
|  | 18. Практическое занятие. Семинар. Диагностика личной волевой регуляции психической деятельности по тесту Кеттелла. 19. 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.20.Эмоции как особый класс психических процессов и состояний, причины их возникновения, связь с мотивационно-потребностнойсферой человека. 21.Функции эмоций.  | **2** |
|  | 22. Практическое занятие. Семинар. Виды эмоций. | 1 |
|  | Самостоятельная работа обучающихся: подготовить рефераты «Стрессы и их проявления» | 2 |
| Тема 1.8. Способности личности | Содержание учебного материала.23. Структура способностей. Общие и специальные способности. 24.Активность и саморегуляция, как базовые компоненты способностей. 25.Сензитивные периоды в развитии способностей. | **3** |
|  | Самостоятельная работа обучающихся: Реферат на тему: «Развитие физических способностей средствами физической культуры и спорта». | 2 |
| Тема 1.9. Ощущение, восприятие | Содержание учебного материала.26. Познавательные процессы.27.Психология ощущения и восприятия.28. Понятия, свойства, виды, функции, развитие ощущений и восприятия.  | **3** |
|  | 29. Практическое занятие. Практикум. Определение личностных особенностей восприятия, ощущений, репрезентативной системы. | 1 |
|  | Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебником по теме «Роль ощущений и восприятия в ФКи С» | 2 |
| Тема 1.10. Память, внимание | Содержание учебного материала.30.Понятия, свойства, виды, функциивнимания.Возрастные особенности развития внимания.31.Понятия, свойства, виды, функции, развитие памяти.32.Возрастные особенности развития памяти. Мнемоника. | **3** |
|  | **33.** Практическое занятие. Практикум.Диагностика развития внимания и памяти человека. 34. 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.35.Понятия, свойства, виды, функции, развитие мышления. 36.Воображение как психический процесс.37. Творческое мышление и обучение.  | **3** |
|  | 38. Практическое занятие. ПрактикумДиагностика словесно-логического мышления по тесту Кеттелла.  | 1 |
|  | Содержание учебного материала.39. Речь как познавательный процесс. Функции речи. Виды речевой деятельности и их особенности. Свойства речи.  | 1 |
|  | 40. Практическое занятие. Семинар. Развитие речи человека. 41. Практическое занятие. Семинар. Роль речи в физической культуре и спорте.  | 2 |
|  | Подготовка к зачету | 2 |
|  | 42. Практическое занятие. Контрольная работа  | 1 |

**Для 2 курса (11) 129 группа 3 семестр 48 часов (36- теоретических, 12 часов – практических, 15 – самостоятельная работа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел 2. Возрастная психология** |  |  |
| Тема 2.1. Категория возраста и проблема периодизации психического развития | 1. Категория возраста и проблема периодизации психического развития 2.Периодизации развития в российской и зарубежных психологических теориях. 3.Стадии жизненного пути или этапы идентификации Э. Эриксона.4. Стадии интеллектуального развития Ж. Пиаже. | **4** |
|  | Самостоятельная работа. Изучение теории Л.С. Выготского. | **2** |
| Тема 2.2 Возрастные кризисы детства, их природа, содержание, характеристика и значение.  | 5. Младенчество. Раннее детство.6. Дошкольный возраст 7. Младший школьный возраст8.Подростковый возраст.9.Юношеский возраст. | **5** |
|  | 10. Практическое занятие. Практикум. Заполнить таблицу «Возрастные новообразования ребенка» в соответствие с возрастными этапами развития. | **1** |
| Тема 2.3. Основные концепции психологии обучения | Содержание учебного материала. 11.Основные понятия психологии обучения.12.Психологическая сущность программированного обучения.13. Сущность и организация проблемного обучения.  | **3** |
|  | 14. Практическое занятие. Семинар. Концепция развивающего обучения Л.В. Занкова. 15. Практическое занятие. Семинар. Гипотеза Гальперина о поэтапном формировании умственных действий.Концепция В.В. Давыдова о содержательных обобщениях в обучении.16. Практическое занятие. Практикум. Контрольные задания по разделу: «Основные концепции психологии обучения» | 3 |
|  | Самостоятельная работа. Подготовить сообщения к семенарам. | 1 |
| **Раздел 3. Психология физической культуры и спорта** |  |
| Тема 3.1. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании | 17. Психофизиологическая основа для занятий физической культурой и спортом.18.Развитие эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания.19.Развитие психомоторных и познавательных психических процессов в физическом воспитании.20.Возрастные особенности деятельности учащихся в физическом воспитании и спорте.21. Методы изучения личности школьника. | **5** |
|  | 22, 23. 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. 24.Общие требования к деятельности учителя физической культуры.25. Психологические условия проведения урока физической культуры | **2** |
|  | 26. Практическое занятие. Семинар.Психологические основы педагогического такта. 27. Практические занятия. Практикум. Анализ психолого-педагогических ситуаций. | 2 |
|  | Самостоятельная работа обучающихся: Анализ пед. ситуации. | 2 |
| Тема 3.3. Понятие группы и коллектива в спорте | Содержание учебного материала.28. Внимание в спорте.29. Особенности зрительного восприятия в командных видах спорта.30. Особенности запоминания на уроках физической культуры.31Тактическое мышление спортсмена. 32 Тактическое мышление спортсмена. | **5** |
|  | 33. Практические занятия. Анализ психолого-педагогических ситуаций.34. Практические занятия. Анализ психолого-педагогических ситуаций. | 2 |
|  | Самостоятельная работа обучающихся: тестирование психологического климата в коллективе | 2 |
| Тема 3.4. Психологические особенности тренировочной деятельности спортсмена | Содержание учебного материала. 35.Психологические особенности спортивного соревнования36.Причины, влияющие на динамику предсоревновательного психического напряжения. 37.Приемы коррекции неблагоприятных предстартовых состояний (апатия, лихорадка).38.Мотивация спортивной деятельности. 39.Психодиагностика в спорте. Психологические основы отбора в спорте. | **5** |
|  | 40. Практическое занятие. Практикум.Разработка психолого-педагогические рекомендаций по психологическому обеспечению спортивной тренировки и соревнований. | **1** |
|  | **Самостоятельная работа.** Психология карьеры в спорте.**Таблица «Основные кризисы спортивной карьеры»** | **2** |
| Тема 3.5. Индивидуально-типические особенности спортсменов и их проявления в спортивной деятельности | Содержание учебного материала. 41. Способности и типологические особенности свойств нервной системы42. Типологические особенности в тренировочном процессе и соревновательной деятельности.43.Типологические особенности и оптимальность условий спортивной деятельности44. Психология преодоления экстремальных ситуаций соревновательного характера.  | **4** |
|  | 45.Практическое занятие.Практикум.Применение психологических проб-тестов для определения состояния психической готовности спортсменов (школьников) к соревнованию | **1** |
|  | **Самостоятельная работа** Работа с рефератами и сообщениями по теме:Соответствие типов нервной системы различным видам спорта | **2** |
| Тема 3.6. Психогигиена в спорте | Содержание учебного материала.46.Методы восстановления психической работоспособности. 47.Регуляция психических состояний. 48.Психогигиеническое значение психологического климата в коллективе.  | **3** |
|  | **Самостоятельная работа** Подготовка к экзамену | **4** |
|  | **Экзамен** |  |

**Для 3 курса (9) 128 группа 5 семестр 54 часов (40- теоретических, 14 часов – практических, 15 – самостоятельная работа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел 2. Возрастная психология** |  |  |
| Тема 2.1. Категория возраста и проблема периодизации психического развития | 1. Категория возраста и проблема периодизации психического развития 2.Периодизации развития в российской и зарубежных психологических теориях. 3.Стадии жизненного пути или этапы идентификации Э. Эриксона.4. Стадии интеллектуального развития Ж. Пиаже.5. Социокультурная теория развития человека Л.С. Выготского. | **5** |
|  | Подготовить сообщения по темам: «сензитивные периоды», «зона ближайшего развития», «социальная ситуация развития». | **2** |
| Тема 2.2. Возрастные кризисы детства | 6. Младенчество.7. Раннее детство.8. Дошкольный возраст 9. Младший школьный возраст10. Кризис семи лет и проблема готовности к школьному обучению.11.Подростковый возраст.12. Переходный период.13.Юношеский возраст. | **8** |
|  | 14. Практическое занятие. Практикум. Заполнить таблицу «Возрастные новообразования ребенка» в соответствие с возрастными этапами развития.15. Практическое занятие. Практикум. Заполнить таблицу «Возрастные новообразования ребенка» в соответствие с возрастными этапами развития. | **2** |
| Тема 2.3. Основные концепции психологии обучения | Содержание учебного материала. 16.Основные понятия психологии обучения.17.Психологическая сущность программированного обучения.18. Сущность и организация проблемного обучения.19. Концепция развивающего обучения Л.В. Занкова.  | **4** |
|  | 20. Практическое занятие. Семинар. Гипотеза Гальперина о поэтапном формировании умственных действий.21.Практическое занятие. Семинар. Концепция В.В. Давыдова о содержательных обобщениях в обучении.22. Практическое занятие. Практикум. Контрольные задания по разделу: «Основные концепции психологии обучения» | 3 |
|  | Самостоятельная работа. Подготовить сообщения к семенарам. | 1 |
| **Раздел 3. Психология физической культуры и спорта** |  |
| Тема 3.1. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании | 23. Психофизиологическая основа для занятий физической культурой и спортом.24.Развитие эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания.25.Развитие психомоторных и познавательных психических процессов в физическом воспитании.26.Возрастные особенности деятельности учащихся в физическом воспитании и спорте.27. Методы изучения личности школьника. | **5** |
|  | 28, 29. 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. 30.Общие требования к деятельности учителя физической культуры.31. Психологические условия проведения урока физической культуры | **2** |
|  | 32. Практическое занятие. Семинар. Психологические основы педагогического такта. 33. Практические занятия. Практикум. Анализ психолого-педагогических ситуаций. | 2 |
|  | Самостоятельная работа обучающихся: Анализ пед. ситуации. | 2 |
| Тема 3.3. Психологические особенности организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности | Содержание учебного материала.34. Внимание в спорте.35. Особенности зрительного восприятия в командных видах спорта.36. Особенности запоминания на уроках физической культуры.37.Тактическое мышление спортсмена. 38. Тактическое мышление спортсмена.  | **5** |
|  | 39. Практические занятия. Анализ психолого-педагогических ситуаций.40. Практические занятия. Анализ психолого-педагогических ситуаций. | 2 |
|  | Самостоятельная работа обучающихся: тестирование психологического климата в коллективе | 2 |
| Тема 3.4. Психологические особенности тренировочной деятельности спортсмена | Содержание учебного материала. 41.Психологические особенности спортивного соревнования42.Причины, влияющие на динамику предсоревновательного психического напряжения. 43.Приемы коррекции неблагоприятных предстартовых состояний (апатия, лихорадка).44.Мотивация спортивной деятельности. 45.Психодиагностика в спорте. Психологические основы отбора в спорте. | **5** |
|  | 46. Практическое занятие. Практикум.Разработка психолого-педагогические рекомендаций по психологическому обеспечению спортивной тренировки и соревнований. | **1** |
|  | **Самостоятельная работа.** Психология карьеры в спорте. **Таблица «Основные кризисы спортивной карьеры»** | **2** |
| Тема 3.5. Индивидуально-типические особенности спортсменов и их проявления в спортивной деятельности | Содержание учебного материала. 47. Способности и типологические особенности свойств нервной системы48. Типологические особенности в тренировочном процессе и соревновательной деятельности.49.Типологические особенности и оптимальность условий спортивной деятельности50. Психология преодоления экстремальных ситуаций соревновательного характера.  | **4** |
|  | 51.Практическое занятие. Практикум. Применение психологических проб-тестов для определения состояния психической готовности спортсменов (школьников) к соревнованию | **1** |
|  | **Самостоятельная работа** Работа с рефератами и сообщениями по теме: «Соответствие типов нервной системы различным видам спорта». | **2** |
| Тема 3.6. Психогигиена в спорте | Содержание учебного материала.52.Методы восстановления психической работоспособности. 53.Регуляция психических состояний.  | **2** |
|  | 54. Практические занятия. Семинар. Психогигиеническое значение психологического климата в коллективе. | **1** |
|  | **Самостоятельная работа** Подготовка к экзамену | **4** |
|  | **Экзамен** |  |

# **3. условия реализации УЧЕБНОЙ дисциплины**

# **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

Основные источники:

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

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

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

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

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

Дополнительные источники:

1. Асмолов А.Г. Психология личности.- М.: Просвещение. 2010.

3. Горбунов Г.Д. Психология физической культуры и спорта. - М.: изд. центр «Академия», 2009. – 256 с.

4. Колесникова Г.И. Девиантология/ Г.И. Колесникова. – М.: изд-во Юрайт, 2018. -230 с.

5. Серова Л.К. Психология личности спортсмена/ Л.К. Серова. – М.: Изд-во Юрайт, 2018. – 122с.

4. Чайников А.П. Психологическая подготовка студентов средствами физической культуры и спорта М.: Изд-во МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2013. — 80 с.

5. Штейнмец А.Э. Общая психология/А.Э. Штейнмец. – М.: издательский центр «Академия», 2012.- 288с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://studme.org/12820913/psihologiya/osnovy_obschey_psihologii>
2. http://www.twirpx.com/files/psychology/sport/#comment-635122

# **4. Контроль и оценка результатов освоения УЧЕБНОЙ Дисциплины**

# **Контрольи оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты обучения****(освоенные умения, усвоенные знания)** | **Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**  |
| OK1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.OK 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.OK11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно­-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-­тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физического культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в областиобразования, физической культуры и спорта.В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:- сущность и социальную значимость своей профессии, основные проблемы;- место психологии в системе наук, психологию физической культуры и спорта;- основные психолого-педагогические подходы в сфере физического воспитания;- определение и структуру самосознания;- особенности формирования волевых черт характера;- характеристику основных свойств человека;- понятия индивидуальности, личности, развития в психологии. - понятие о темпераменте, характеристика типов темперамента.- Общее представление о характере, способностях. - Психологические состояния и их характеристика.- Эмоции и чувства. Управление своим эмоциональным состоянием.- Волевые характеристики личности и успешность деятельности.- Понятие внимания и памяти, их развитие.- Возрастные особенности деятельности учащихся различного возраста в физическом воспитании и спорте. - Особенности психического развития детей младшего школьного возраста, подросткового, юношеского возрастов.- Сензитивные периоды, их особенности.- Возрастная периодизация психического развития ребенка.- Психологические особенности деятельности и личности тренера, учителя физической культуры - Психологические особенности спортивного коллектива. В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:- давать психологическую характеристику детей с учетом индивидуальных особенностей;- соотносить ведущий вид деятельности в соответствии с возрастными особенностями;- использовать методы спортивной психодиагностика.-анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления с точки зрения психологии развития ребенка;-находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;-использовать в профессиональной деятельности современные методы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных и психологических особенностей обучающихся;- определять собственную психологическую готовность к педагогической деятельности. | Собеседование; устные и письменные ответы; презентация рефератов; результаты тестовых заданий;Письменный анализ материала; анализ ситуаций, обобщение результатов самостоятельной деятельности. |