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 возраст  8.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 соревнования  36.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 системы  42. Типологические особенности в тренировочном процессе и соревновательной деятельности.  43.Типологические особенности и оптимальность условий спортивной деятельности  44. 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 возраст  10. 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 соревнования  42.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 системы  48. Типологические особенности в тренировочном процессе и соревновательной деятельности.  49.Типологические особенности и оптимальность условий спортивной деятельности  50. 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. |